

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR DENGAN RESILIENSI
AKADEMIK PADA SISWA KELAS XII PROGRAM AKSELERASI
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 9 MALANG**

S K R I P S I



Oleh

Melifatun Nafila

NIM. 17410125

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2021**

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR DENGAN RESILIENSI
AKADEMIK PADA SISWA KELAS XII PROGRAM AKSELERASI
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 9 MALANG**

S K R I P S I

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Melifatun Nafila

NIM. 17410125

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR DENGAN
RESILIENSI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XII PROGRAM
AKSELERASI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 9 MALANG**

S K R I P S I

Oleh:

Melifatun Nafila

NIM. 17410125

Telah Disetujui Oleh

Dosen Pembimbing



Drs. Zainul Arifin, M. Ag

NIP. 19650606 199403 1 003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 19671029 199403 2 001

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR DENGAN RESILIENSI
AKADEMIK PADA SISWA KELAS XII PROGRAM AKSELERASI
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 9 MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 7 Mei 2021

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Penguji Utama



Drs. Zainul Arifin, M. Ag
NIP.196506061994031003



Dr. Endah K. Purwaningtyas, M. Psi., Psikolog
NIP. 19750514200002003

Ketua Penguji



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si
NIP. 197611282002122001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi


Pada tanggal 2 Juni 2021

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang




Dr. Siti Mahmudah, M. Si
NIP. 19671029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Melifatun Nafila

NIM : 17410125

Fakultas : Psikologi UIN Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat peneliti dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar Dengan Resiliensi Akademik Pada Siswa Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang”, adalah benar benar penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali pada kutipan yang disebutkan sumbernya. apabila di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar peneliti bersedia mendapat sangsi.

Malang, 20 April 2021

neliti.
Melifatun Nafila
NIM. 17410125

MOTTO

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”

(QS. Ar Ra'd, 13: 28)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya penelitian ini penulis persembahkan untuk:

Diri saya sendiri yang telah melewati kesulitan baik dari dalam diri maupun lingkungan yang menekan.

Ibunda Hozaimah dan kedua kakak laki laki saya yaitu Fakhrudin serta Wildani.

Terimakasih atas segala dukungan, motivasi, doa serta kasih sayang dalam menuntaskan pendidikan sarjana S1.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur *Alhamdulillah* senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT yang dengan rahmat dan hidayahnya dapat menuntaskan skripsi dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XII Di Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang” untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penyelesaian karya ini tidak lepas dari bantuan yang sangat besar dari berbagai pihak. Oleh karen itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M. Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M. Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si selaku Dosen Wali yang telah menjadi orang tua kedua selama menempuh pendidikan sarjana.
4. Drs. Zainul Arifin, M. Ag selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan masukan, saran, serta bimbingan dalam penelitian ini.
5. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, terutama untuk seluruh dosen, terimakasih banyak atas segala imu yang diberikan.
6. Seluruh responden penelitian siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yang membantu dalam penelitian ini.

7. Ibunda Hozaimah, kedua Kakakku Fakhrudin dan Wildani terimakasih atas segala doa, dukungan, motivasi serta kasih sayangnya.
8. Terimakasih kepada Sakdullah, Hanifah, Anadisti, Nurainiah, Ami, Luluk Farikhah dan Luluk Maghfirah yang luar biasa membantu, mendukung dan menyemangati pengerjaan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna karena terbatasnya pengetahuan serta kemampuan penulis, untuk itu penulis sangat terbuka dengan kritik dan saran yang membangun demi sempurnanya karya ini. Akhirnya, dengan kerendahan hati penulis berharap karya ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun bagi pembaca.

Malang, 20 April 2021

Melifatun Nafila
NIM: 17410125

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
MOTTO.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
ملخص.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II KAJIAN TEORI	15
A. Resiliensi Akademik	15
1. Definisi Resiliensi Akademik	15
2. Aspek dalam Resiliensi Akademik	20
3. Faktor Resiliensi Akademik	21
4. Dimensi Resiliensi Akademik.....	26
B. Regulasi Diri dalam Belajar	28
1. Definisi Regulasi Diri dalam Belajar	28
2. Aspek-Aspek Regulasi Diri dalam Belajar	31
3. Faktor Regulasi Diri dalam Belajar.....	34
4. Dimensi Regulasi Diri dalam Belajar	35
C. Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik.....	37
D. Perspektif Islam.....	40
1. Resiliensi Akademik dalam Perspektif Islam	40
2. Regulasi Diri dalam Belajar dalam Perspektif Islam	53
E. Kerangka Berpikir	65

F. Hipotesis.....	66
BAB III METODE PENELITIAN	67
A. Rancangan Penelitian	67
B. Identifikasi Variabel	68
C. Definisi Operasional	68
D. Strategi Penelitian	69
E. Teknik Pengumpulan Data	71
F. Validitas dan Reliabilitas	74
G. Metode Analisis Data	79
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	83
A. Pelaksanaan Penelitian	83
B. Hasil Penelitian	87
C. Pembahasan.....	94
BAB V PENUTUP.....	104
A. Kesimpulan.....	104
B. Saran.....	105
DAFTAR PUSTAKA	109
LAMPIRAN.....	121

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Analisis Komponen Resiliensi	45
Tabel 2.2 Analisis makna	50
Tabel 2.3 Analisis Komponen Alquran.....	52
Tabel 2.4 Analisis Komponen.....	58
Tabel 2.5 Analisis Mufrodat	62
Tabel 2.6 Analisis Komponen Alquran.....	64
Tabel 3.1 Penentuan Populasi	71
Tabel 3.2 Panduan Penilaian	73
Tabel 3.3 Blueprint Penelitian Resiliensi Akademik	73
Tabel 3.4 BluePrint Skala Regulasi Diri dalam Belajar.....	74
Tabel 3.5 Daftar Panelis <i>Expert Judgement</i>	76
Tabel 3.6 Uji Validitas Aitem Skala Regulasi Diri dalam Belajar	77
Tabel 3.7 Uji Validitas Aitem Skala Resiliensi Akademik.....	78
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas	79
Tabel 3.9 Kriteria Koefisien Reliabilitas	80
Tabel 3.10 Kategorisasi.....	83
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas	101
Tabel 4.2 Hasil Uji Linieritas	102
Tabel 4.3 Skor Hipotetik dan Empirik Regulasi Diri dalam Belajar	103
Tabel 4.4 Hasil Kategorisasi Data Regulasi Diri Dalam Belajar	103
Tabel 4.5 Skor Hipotetik Resiliensi Akademik.....	105
Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Resiliensi Akademik.....	105
Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi Product Moment.....	107
Tabel 4.8 Hasil Analisis Aspek Regulasi Diri dalam Belajar	108

ABSTRAK

Nafila, Melifatun. 17410125. Psikologi. 2021. *Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang*. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Drs. Zainul Arifin, M. Ag

Kata Kunci: Regulasi Diri dalam Belajar, Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik merupakan kemampuan siswa untuk tetap berhasil dalam menghadapi tantangan akademik seperti metode pembelajaran daring dan persiapan diri menjalani rangkaian ujian. Metode pembelajaran daring menuntut siswa untuk mampu belajar secara mandiri, sehingga siswa membutuhkan regulasi diri dalam belajar. Penelitian ini menguji adanya hubungan regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Pengujian dilakukan bertujuan untuk 1) mengetahui tingkat resiliensi akademik pada siswa 2) mengetahui tingkat regulasi diri akademik pada siswa 3) mengetahui adakah hubungan regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik siswa.

Subjek penelitian ini berjumlah 65 siswa dengan kriteria siswa aktif kelas XII, mengikuti program akselerasi dan menjalani metode pembelajaran daring. Penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan proses analisis data korelasi *product moment person*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: Kategori regulasi diri dalam belajar tinggi sebesar 40%, kategori sedang 58.5%, dan kategori rendah 1.5%. Dapat disimpulkan siswa didominasi berada pada kategori sedang. Tingkat resiliensi akademik siswa dominan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 52.3%, kategori tinggi dengan persentase 43.1%, dan berada di kategori rendah persentase 4.6%.

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikan sebesar Nilai signifikansi (p) regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik sebesar 0.000 ($p < 0.01$) dan hasil korelasi (rs) sebesar 0.798 > 0.05 menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang sangat kuat antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik. Korelasi koefisien (rs) sebesar 0.798 maka diperoleh koefisien determinasi sebesar 0.64 menunjukkan regulasi diri dalam belajar memiliki pengaruh terhadap resiliensi akademik sebesar 64%.

ABSTRACT

Nafila, Melifatun. 17410125. Psychology. 2021. *Relationship Self Regulated Learning with Resilience Academic On Student Class XII Acceleration Program Senior High School 9 Malang*. Faculty Of Psychology. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor : Drs. Zainul Arifin , M. Ag

Said Key : Self Regulated Learning , Resilience Academic

Academic resilience is the ability of students to continue to succeed in facing academic challenges such as online learning methods and self preparation for a series of exams. Methods of learning online requires students to be able to learn to be independent, so that students in need of regulation themselves in learning. Research is to test the relationship of regulation themselves in studying the resilience academic on students grade XII in Senior High School 9 Malang. The test was carried out aimed at 1) knowing the level of academic resilience in students 2) knowing the level of self regulated learning in students 3) knowing whether there was a relationship between self regulated learning and student academic resilience.

The subjects of this study were 65 students with the criteria of active students in class XII, following the acceleration program and undergoing online learning methods . This research is a quantitative research with the process of analyzing the product moment person correlation data . The results of the study have demonstrated that : Category self regulated learning high at 40%, the category was 58.5 % , and the category of low 1.5%. Can be concluded students dominated were in the category of medium . The level of resilience academic students predominantly located in the category of being with a percentage of 52.3%, the category of high with the percentage of 43.1%, and is in the category of low percentage of 4.6%.

Result test hypotheses indicate a value significantly for Values of significance (p) regulation themselves in studying the resilience of academic amounted to 0.000 ($p < 0.01$) in and the results of the correlation (r_s) for 0798 > 0.05 indicates that the relationship positive are very strong between the self regulated learning with the resilience of akademik . The correlation coefficient (r_s) by 0798 then with coefficient of determination of 0.64 indicates self regulated learning has influence on the resilience of academic amounted to 64%.

ملخص

الناقلة، مليفة. ١٧٤١٠١٢٥. علم النفس. ٢٠٢١. علاقة التنظيم الذاتي في التعلم بمرونة أكاديمية في طلاب الصف ١٢ الثانوي مدرسة ثانوية ولاية ٩ مالانج. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

المشرف: الدكتور. زين العريفيين، ماجستير

الكلمات المفتاحية: التنظيم الذاتي في التعلم ، المرونة الأكاديمية
المرونة الأكاديمية هي قدرة الطلاب على الاستمرار في النجاح في مواجهة التحديات الأكاديمية مثل أساليب التعلم عبر الإنترنت والإعداد الذاتي لسلسلة من الاختبارات. تتطلب أساليب التعلم عبر الإنترنت أن يكون الطلاب قادرين على التعلم بشكل مستقل ، لذلك يحتاج الطلاب إلى التنظيم الذاتي في التعلم. تبحث هذه الدراسة في العلاقة بين التنظيم الذاتي في التعلم والمرونة الأكاديمية في طلاب الصف ١٢ في المدرسة الثانوية العليا ٩ مالانج. يهدف هذا الاختبار إلى تحديد مستوى المرونة الأكاديمية لدى الطلاب ، وتحديد مستوى التنظيم الذاتي الأكاديمي لدى الطلاب ، ومعرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين التنظيم الذاتي في التعلم مع المرونة الأكاديمية للطلاب

كانت موضوعات هذه الدراسة ٦٥ طالبًا مع معايير النشاط في الصف الثاني عشر ، واتباع برنامج التسريع والخضوع لطرق التعلم عبر الإنترنت. هذا البحث هو بحث كمي مع عملية تحليل ارتباط الشخص لحظة المنتج. تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن: فئة التنظيم الذاتي في التعلم عالية بنسبة ٤٠٪ ، ٥٨.٥٪ فئة متوسطة و ١.٥٪ فئة منخفضة. يمكن الاستنتاج أن الطلاب هم في الغالب في الفئة المتوسطة. مستوى المرونة الأكاديمية للطلاب المهيمن هو في الفئة المتوسطة بنسبة ٥٢.٣٪ ، والفئة العالية بنسبة ٤٣.١٪ ، وهي في الفئة المنخفضة بنسبة ٤.٦٪

تظهر نتائج اختبار الفرضية قيمة معنوية للقيمة التنظيمية في التعلم بمرونة أكاديمية تبلغ ٠.٠٠٠ (ف > ٠.٠١) وكانت نتيجة الارتباط ٠.٧٩٨ < ٠.٠٥. يظهر أن هناك علاقة إيجابية قوية للغاية بين التنظيم الذاتي في التعلم والمرونة الأكاديمية. معامل الارتباط ٠.٧٩٨ ، معامل التحديد ٠.٦٤ يوضح أن التنظيم الذاتي في التعلم له تأثير على المرونة الأكاديمية بنسبة ٦٤

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada dasarnya dalam kehidupan setiap orang membutuhkan pendidikan. Pendidikan berperan penting dalam kelangsungan hidup pada masa depan (Pratiwi & Laksmiwati, 2016: 43). Pendidikan sebagai usaha untuk membimbing serta mengajarkan seseorang dengan tujuan membentuk manusia yang sesuai dengan Undang-Undang No.20 tahun 2003 yaitu “..agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab” (Innana, 2018: 28). UU Sisdiknas No 20 tahun 2003 “pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi’.

Penelitian ini berfokus pada jenjang pendidikan menengah atas (SMA). Siswa yang duduk di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA) termasuk pada kategori remaja madya atau pertengahan (Mappiere, 2000: 76). Masa remaja merupakan masa untuk mematangkan emosi, kematangan sosial, pematapan minat heteroseksual, emansipasi dan control keluarga, identifikasi diri, memiliki falsafat hidup, menggunakan waktu dengan tepat, memilih pekerjaan serta kematangan intelektual (Jahja, 2011: 238-239). Remaja SMA yang berusia 15-18tahun menjadi masa penting dalam proses perkembangan kepribadian (Sandha, Hartati, & Fauziah 2012: 48) yang dapat berpengaruh pada *stress akademik* (Barseli, Ifdil & Nikmarijal, 2017: 144) ketika

dihadapkan dengan tugas perkembangan remaja lainnya yaitu menyelesaikan pendidikan menengah (Monks, 2004: 261). Dengan kepribadian mampu membantu menyelesaikan pendidikan menengah dan berupaya untuk terhindar dari *stressor* akademik.

Hal ini dapat disesuaikan dengan hasil survei nasional oleh Moeller, Brackett, Ivcevic, & White (2019) yang menyelidiki perasaan siswa tentang di sekolah menengah terhadap 21.678 siswa AS pada studi satu, dan dengan 472 siswa di lima sekolah menengah pada studi kedua. Pada studi satu melaporkan hasil tanggapan siswa tentang perasaan khusus ketika disekolah bahwa 75% dengan perasaan negatif seperti lelah, *stress*, bosan, cemas, kesal, sedih, kesepian, serta depresi. Hasil survei pada studi kedua menguatkan temuan pada studi satu, yaitu 70% siswa menanggapi dengan perasaan negatif sama halnya dengan studi satu. Survei oleh Tang & Wong (2018) yang dilakukan pada 51 studi literatur Inggris dan China pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi gejala depresi di kalangan siswa sekolah menengah meningkat secara bertahap dan substansial seiring dengan peningkatan mereka ke kelas yang lebih tinggi.

Pada tahun 2017 *Organisation for Economic Co-operation and Development* (OECD) baru-baru ini melakukan survei yang melibatkan 72 negara dan terdiri dari 540.000 responden pelajar berusia 15–16 tahun. Rata-rata di seluruh negara OECD, 66% siswa melaporkan merasa tertekan tentang nilai yang buruk dan 59% melaporkan bahwa mereka sering khawatir bahwa mengikuti tes akan sulit. OECD lebih lanjut menemukan bahwa 55% siswa merasa sangat cemas tentang ujian sekolah, bahkan ketika mereka telah

dipersiapkan dengan baik. Sebanyak 37% siswa melaporkan merasa sangat tegang saat belajar. Disimpulkan bahwa siswa tertekan karena nilai ujian yang buruk, tegang ketika belajar, khawatir, cemas ketika dihadapkan dengan ujian.

Stress di lingkungan akademik pada siswa kelas menengah dipicu ujian nasional maupun hal-hal yang berhubungan dengan persiapan menuju ujian nasional, karena tuntutan akademik yang melebihi kemampuannya (Kinantie, Hernawati & Hidayati, 2012: 9). Faktor yang menyebabkan stress ketika hendak menghadapi ujian nasional bukan sekedar berasal dari individu maupun lingkungan keluarga. Perbedaan sistem sekolah yang diterapkan pada kelas XII dengan tujuan memotivasi dengan menggenjot siswa melalui pelaksanaan *try-out*, ujian dalam bentuk lain, pemantapan sekolah, adanya jadwal bimbingan yang bertujuan untuk memaksimalkan potensi (Wibawa & Sadiavitri, 2013: 139). Siswa kelas XII perlu menyiapkan diri untuk menghadapi berbagai *try out* untuk persiapan menghadapi UNAS, yang pastinya membutuhkan konsentrasi, berpikir tentang ujian akhir (UNAS) yang sarat dengan nuansa ketegangan (Sulistiana, 2018:168). Dilansir dari zenius.net menjelaskan masa kegiatan belajar dan mengajar siswa sekolah menengah atas kelas XII yaitu 8 bulan dimulai dari Agustus sampai bulan Maret, dan selama 4 bulan siswa akan menjalani serangkaian ujian untuk ditempuh diantaranya US (Ujian Sekolah), Ujian Praktikum, UTBK, seleksi PTN/PTS serta Ujian-ujian Mandiri Perguruan Tinggi. Fenomena serupa dapat dijumpai di Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang.

Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang merupakan salah satu sekolah menengah favorit di Kota Malang. Menduduki peringkat pertama sebagai sekolah menengah atas terbaik di Kota Malang karena siswa kelas XII lulus masuk perguruan tinggi negeri dengan jalur undangan atau SNMPTN terbanyak di Kota Malang pada tahun ini. Sesuai dengan data yang disampaikan oleh RRI Kota Malang pada 12 April 2021 bahwa Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang memperoleh prestasi dengan jumlah siswa terbanyak diterima di berbagai Perguruan Tinggi Negeri di Indonesia dengan jumlah sebesar 75.30% siswa yang mendaftar. Urutan posisi sekolah yaitu 1) Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang 125 siswa, 2) Sekolah Menengah Atas Negeri 4 Malang 108 siswa, 3) Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Malang 105 siswa, 4) Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Malang 94 siswa, dan 5) Sekolah Menengah Atas Negeri 8 Malang 90 siswa.

Berdasarkan hasil wawancara kepada wakil kepala sekolah kurikulum Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang menjelaskan bahwa siswa kelas XII memiliki beban akademik yang lebih berat dari pada kelas XI dan X, karena mereka harus mempersiapkan diri untuk serangkaian kegiatan akademik seperti PAS (Penilaian Akhir Semester), PGGS atau persiapan berkas untuk pendaftaran SNMPTN, Ujian Praktik, Ujian Sekolah, persiapan mandiri untuk SBMPTN, berkonsultasi tentang pemilihan karir dan try out. Kelas XII di Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang terdapat dua program yaitu reguler berjumlah 12 kelas diantaranya adalah kelas jurusan Bahasa, IPA, IPS dan program akselerasi berjumlah 2 kelas dengan jurusan IPA dan IPS. Wakil

kepala sekolah kurikulum menerangkan bahwa kelas XII dengan program akselerasi memiliki beban yang lebih berat diantara kelas XII lainnya karena pada setiap semesternya dihadapi dalam kurun waktu 4 bulan sehingga waktu tempuh Sekolah Menengah Atas menjadi 2 tahun.

Hasil wawancara Wakil Kepala Sekolah Kurikulum menerangkan jika siswa dengan program akselerasi terlebih dahulu harus mendaftar untuk dilakukan proses penyeleksian dengan syarat yang telah ditetapkan oleh pihak sekolah. Standart tersebut berupa pemeriksaan raata rata nilai rapot smp dari semester satu sampai enam, test potensi akademik, psikotest, serta persetujuan dari orang tua hingga kemudian dipilih dengan standart yang tertinggi. (Wakasek Kurikulum, 21/11/2020)

Program pembelajaran akselerasi terdapat pada pasal 117 Rancangan Pendidikan Undang-Undang No 20 Tahun 2003 yakni pendidikan khusus dan atau bakat istimewa berfungsi mengembangkan potensi keunggulan peserta didik menjadi prestasi nyata sesuai dengan karakteristik dan kebutuhannya dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Akselerasi dengan mutu pendidikan yang dilaksanakan oleh siswa dengan kemampuan yang unggul untuk meraih target kurikulum (Danial, Badu & Ngiu, 2018 :334). Siswa yang akselerasi ialah mereka yang memiliki IQ diatas rata rata, memiliki motivasi, kemauan serta kreatifitas yang tinggi (Nay & Diah, 2013: 709). Siswa akselerasi diidentifikasi dengan IQ berada pada taraf cerdas, ketertarikan yang tinggi terhadap tugas dan materi akademik, kreatifitas serta mampu menuntaskan masa studi lebih cepat dari pada siswa lainnya (Alfina, 2014: 61).

Siswa dengan kecerdasan diatas rata rata mempunyai kapasitas dan serta kecerdasan yang luar biasa membutuhkan pengertian, perwujudan serta penghargaan diri. Apabila kebutuhan tidak dapat dipenuhi maka akan memicu terjadinya keraguan serta kecemasan (Nurbayani, 2010: 10). Siswa program akselerasi telah diidentifikasi mempunyai kapastitas intelaktual umum taraf cerdas, mempunyai kreativitas serta rasa tertarik pada tugas, mencapai program pendidikan dengan menyesuaikan kecepatan pemahaman. Merupakan suatu kebanggaan ketika berstatus sebagai peserta didik akselerasi namun hal tersebut sulit untu dijalani sebab perbedaan metode belajar yang disesuaikan dengan kalender akademik khusus (Alfina, 2014: 61). Hal ini sesuai dengan hasil survey dalam menampung keluhan siswa akselerasi yaitu merasa tidak kuat dalam menjalaninya, mereka ingin menikmati waktu tanpa harus merasa diforsir terutama dengan metode belajar daring yang saat ini sedang diterapkan.

Menurut Mustofa, Chodzirin & Sayekti (2019:153) menyebutkan pembelajaran daring merupakan penggunaan jaringan internet atau *online* dalam proses pembelajaran. Sejalan dengan Zhafira (2020: 38) metode belajar daring dilakukan oleh hampir setiap institusi pendidikan “demi memutus rantai penyebaran virus dan menjaga keamanan serta keselamatan peserta didik dan tenaga pendidik. Himbauan tersebut maka proses pembelajaran pun dilakukan dari rumah dengan memanfaatkan teknologi dan media internet”.

Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang telah memberikan fasilitas belajar dengan optimal untuk menghadapi persoalan covid-19 ini dengan melakukan metode pembelajaran daring. Metode pembelajaran daring

memanfaatkan youtube untuk materi video dari guru, *e front* atau *elearning* milik Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang, *zoom meeting*, serta *googleform*.

Hasil survey yang dilakukan oleh KPAI (2019) kepada 1.700 pelajar menyatakan sebanyak 76.7% tidak menyukai pembelajaran via daring. "Anak-anak juga merasa beban tugas untuk mereka terlalu berat," tandas Retno. Hasil survey berikutnya mengenai tanggapan dimulainya sekolah tatap muka pada menunjukkan hampir 56% menyatakan setuju sekolah tatap muka menyampaikan jenuh sekolah secara *online*, terutama siswa kelas 6, kelas 9, dan kelas 12. Hal ini menunjukkan bahwa kelas XII juga memberikan pengaruh pada hasil survey KPAI pada bulan Desember 2020.

Pembelajaran daring menimbulkan kesulitan untuk memahami pembelajaran karena terbatasnya kesempatan untuk pembelajaran tatap muka atau interaksi secara langsung serta fasilitas pembelajaran. Terdapat pengaruh yang positif antara interaksi guru dan siswa dengan fasilitas belajar terhadap prestasi pembelajaran Meilani (2015:7). Interaksi guru ketika pembelajaran daring menjadi terbatas hanya dengan komunikasi secara visual saja sehingga mempengaruhi kemampuan siswa dalam mencapai prestasi belajar siswa. Dilengkapi penelitian serupa oleh Cahyani, Listiana, Larasati (2020:123) menunjukan bahwa menurunnya motivasi belajar siswa Sekolah Menengah Atas pada pembelajaran dalam jaringan.

Dilakukan wawancara kepada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang terkait kendala yang dihadapi pada

pembelajaran jarak jauh yaitu berinisial AG dan AN. AG mengeluhkan *“awalnya saya bingung, ngerjain tugasnya terus waktu belajar ditambah ujian terus mikirin pemilihan kampus juga mau dimana, dan jurusan nya apa takut aja ga keetrima. jadi saya tetep latihan soal dan cari materi meski kaya gini, bedanya tuh pas dirumah harus ointer ointer ngatur sih menurutku”*. AN menjelaskan *“usaha saya dalam daring ini ya nyoba untuk tetap disiplin, bingung tuh kalo uda ngerjain soal atau materi yang sulit, mau minta bantuan teman yaa jauh, tapi mau gamau ya harusnyelesaiin tuh tugas.”*

Dapat disimpulkan bahwa kesulitan siswa kelas XII program akselerasi dengan metode pembelajaran daring dihadapkan dengan kesulitan kelas XII secara umum yaitu mempersiapkan diri baik secara mental maupun fisik dalam menghadapi rangkaian ujian, *try-out* serta bentuk latihan serupa, pemilihan karir meliputi jurusan serta kampus, waktu proses pembelajaran yang dilakukan hanya 4 bulan persemester, serta metode pembelajaran secara daring yang diterapkan sehingga waktu belajar secara luring dijalani kurang dari satu tahun. Menghadapi ujian sekolah, masuk perguruan tinggi serta kendala pembelajaran dengan metode daring akan menjadikan tantangan tersendiri. Oleh karena itu siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas perlu memiliki ketahanan diri yang tinggi dalam menghadapi tantangan tersebut. Suatu proses penyesuaian diri yang baik dalam merespon suatu tantangan dengan kekuatan, kemampuan menghadapi permasalahan akademik dalam psikologi disebut dengan resiliensi akademik.

Resiliensi sendiri diartikan sebagai suatu kemampuan individu dalam mengatasi dan memberikan respon terhadap suatu permasalahan ataupun trauma secara baik yang dapat memicu adanya *stress* (Reivich & Shatte, 2002: 38). Resiliensi dalam setting akademik mengidentifikasikan alasan-alasan siswa yang memiliki resiko dapat berhasil dan gagal dalam akademik. (Gestee, 2010: 7). Pada kenyataannya dalam setting akademik memiliki tantangan, *stress* serta tekanan tersendiri yang bersifat dinamis (Martin & Marsh, 2009 :354) dan kemampuan dalam menghadapi kesulitan tersebut dikenal sebagai resiliensi akademik (Martin & Marsh, 2003: 353). Penggunaan istilah resiliensi akademik mendeskripsikan siswa dengan kemampuan untuk mempertahankan taraf prestasi yang tinggi, kinerja serta motivasi, walaupun dihadapkan dengan suatu peristiwa yang penuh tekanan serta kondisi yang mampu menempatkan pada resiko buruk hingga terancam *drop out* (Alva, dalam Waxman, Gray dan Padron, 2003:12). Siswa dengan resiliensi akademik mampu untuk melakukan *problem solving* yang baik, berpikir kritis serta memiliki inisiatif yang baik dalam pembelajaran (Bernard: 1991 dalam Chasanah, 2019:10).

Idealnya siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dengan metode belajar daring memiliki resiliensi akademik agar lebih mampu bertahan dalam kondisi yang menekan. Pada kenyataannya tidak semua siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang memiliki resiliensi akademik. Hanya siswa kelas XII yang resilien dalam akademik yang mampu tetap mempertahankan prestasi terutama dalam

aktiifitas belajar dalam menghadapi rangkaian ujian dengan tantangan metode pembelajaran daring. Pembelajaran daring atau pembelajaran jarak jauh yang dilakukan siswa akan menjadi tantangan atau hambatan bagi siswa, apabila siswa tidak mampu mengatur dirinya dengan baik tentunya akan membuat siswa menjadi kesulitan dalam menerima pembelajaran untuk menghadapi ujian. Berdasar hasil wawancara kepada siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 9 berinisial AG menyebutkan ketika pembelajaran jarak jauh memungkinkan siswa untuk tidak belajar sesuai jadwal belajar, sehingga lebih mudah teralihkan dengan kegiatan lainnya seperti bermain game atau social media di smartphone, bermain bersama teman (nongkrong) atau kegiatan lainnya. Siswa berinisial AN mengungkapkan bahwa dirinya justru merasa tertantang dengan metode pembelajarn yang diterapkan pada saat ini. “ *ya mau gimana lagi kan gak bisa protes juga, yaudah jalanin ajadengan ga males malesan*”. Oleh karena itu dibutuhkan kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri dalam belajar jarak jauh atau Regulasi Diri dalam Belajar.

Siswa program akselerasi dengan tujuan yang ditetapkan namun tidak memeiliki pengaturan belajar yang baik akan berdampak pada tersia-sianya potensi yang dimiliki. Modal utama siswa akselerasi dalam menyesuaikan diri dalam menghadapi tuntutan akademik yaitu dengan kemampuan dalam mengatur aktifitas belajar, mengendalikan perilaku, menetapkan tujuan dan hal yang memudahkan proses belajar tersebut (Alfina, 2014: 61). Menurut Megawanti, Megawati, Nurkhafifah (2020:76) menyatakan pemebelajaran metode daring memiliki karakteristik yaitu dengan perkembangan konsep

belajar secara mandiri yang lebih tinggi daripada pembelajaran secara tatap muka. Resiliensi diprediksi dengan regulasi diri dalam belajar (Artuch-Garde, Gonzalez-Torres, de la Fuente, et al, 2017). Penelitian serupa dilakukan oleh Chasanah (2019: 101) menunjukkan adanya hubungan resiliensi akademik dan strategi regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa.

Zimmerman (1989: 331) menerangkan jika regulasi diri dalam belajar merupakan hal penting bagi semua jenjang akademik. Regulasi diri dalam belajar merupakan belajar yang merujuk perilaku dan prosesnya mengarah pada kemampuan mengolah informasi, sekaligus dalam mengatur, membuat tujuan, dan olah kognitif oleh pelajar Zimmerman (1989: 329). Pattynama, Sahrani & Heng (2019: 309) menjelaskan regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan pengarahan diri yang meliputi kegiatan pemantauan secara kognitif. Siswa membutuhkan regulasi diri dalam belajar dengan tujuan untuk dapat melakukan pengaturan, pengarahan, pengendalian diri, serta penyesuaian diri terlebih saat dihadapkan dengan kesulitan tugas sekolah (Alfna, 2014: 61). Oleh karena itu pentingnya kemampuan mengatur diri dalam belajar atau regulasi diri dalam belajar dapat memudahkan siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas 9 Malang dalam proses pembelajaran. Apabila regulasi diri dalam belajar rendah maka akan membuat siswa mengalami hambatan dalam mengikuti kegiatan akademik.

McInerney & King, dalam Schunk & Greene, 2018 (dalam Pattynama, Sahrani & Heng, 2019: 309) regulasi diri dalam belajar terbukti dapat memprediksi hasil positif dalam konteks akademik, yaitu pencapaian

akademik, motivasi akademik, self-efficacy, dan juga goal setting, hal ini memiliki kesamaan dengan resiliensi akademik. Bernard (2004: 435) mengemukakan individu dengan resiliensi mempunyai karakter pemecahan masalah, berpikir kritis, insiatif yang baik, memiliki *sense of purpose* sehingga dapat mempunyai daya tarik terhadap tujuan serta motivasi dalam menjalani pendidikan. Karakter ini juga terdapat pada siswa dengan regulasi diri dalam belajar yaitu penetapan tujuan belajar yang merupakan indikator dari variable ini.

Resiliensi akademik memiliki karakteristik ketekunan dengan kemampuan untuk tetap berusaha berhasil meskipun dihadapkan dengan kesulitan akademik, menanamkan jiwa yang disiplin dalam diri, dapat mengendalikan diri, ulet dengan orientasi tujuan yang jelas sehingga dapat bangkit saat merespon suatu masalah (Cassidy, 2026: 5). Karakter ini juga dimiliki siswa dengan regulasi diri yaitu regulasi motivasi seperti siswa berupaya untuk meningkatkan atau membangkitkan kemauan untuk mencoba melakukan kegiatan atau aktifitas dengan tujuan yang dipilih (Wolters, Pintrich dan Karabenick, 2003).

Selanjutnya menurut Cassidy (2016: 8) cerminan diri dalam resiliensi akademik merupakan suatu keadaan saat individu mengetahui kelebihan dan kelemahan dirinya, sehingga mampu mengetahui strategi yang akan dipilih saat menghadapi suatu masalah atau kesulitan untuk sukses atau berhasil melewati kesulitan akademik. Hal ini tentu dapat dihubungkan dengan indikator regulasi diri dalam belajar yaitu pencarian informasi yang dibutuhkan bantuan pada

teman, guru, orang, dewasa (Zimmerman dan Martinez-Pons, 1986: 618) sebagai bentuk solusi dari permasalahan yang sedang dihadapi.

Hubungan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik diperkuat dengan penelitian oleh Pattynama, Sahrani, Heng (2019 : 314) menyebutkan bahwa jika mahasiswa semakin mampu meregulasi diri dalam perkuliahan, maka mahasiswa semakin tidak memiliki intensi mengundurkan diri. Sebaliknya, temuan penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi (Schutte, 2012: 109). Ketidak konsistenan hasil penelitian ini menunjukkan adanya gap penelitian, sehingga penting untuk diteliti kembali pada kondisi pandemic dengan metode pembelajaran daring di rumah masing masing.

Resiliensi akademik merupakan hal yang dibutuhkan siswa kelas XII program akaselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yang menjalankan pembelajaran secara daring dalam menghadapi hambatan dan kesulitan akademik yang lebih dari pada kelas lainnya. Adapun kesulitan tersebut berupa terbatasnya kesempatan belajar secara tatap muka dan mengatur waktu belajar agar berhasil dalam rangkaian ujian dan masuk ke perguruan tinggi dengan sukses. Regulasi diri dalam belajar penting dimiliki belajar secara mandiri diterapkan dalam metode daring. Oleh karena itu dilakukan penelitian pada kegiatan belajar efektif yaitu regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik pada siswa kelas XII SMA Negeri 9 Malang dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar Dengan Resiliensi

Akademik Pada Pelajar Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka muncul rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat regulasi diri dalam belajar pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang?
2. Bagaimana tingkat resiliensi akademik pada kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang?
3. Apakah terdapat hubungan regulasi diri dalam belajar pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang?

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan permasalahan diatas, maka dapat diambil tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui tingkat regulasi diri dalam belajar pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang
2. Untuk mengetahui tingkat resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang
3. Untuk membuktikan adanya hubungan regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, manfaat yang diharapkan oleh peneliti

adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk memperluas dunia ilmu pengetahuan dalam disiplin psikologi. Khususnya dalam psikologi pendidikan, psikologi sosial, dan psikologi sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Individu

Penelitian ini diharapkan akan memberikan pemahaman kepada siswa atau pembaca mengenai pentingnya regulasi diri dalam belajar terhadap siswa. Jika hipotesis dalam penelitian ini terbukti, diharapkan penelitian ini bisa memberikan gambaran pentingnya meningkatkan regulasi diri dalam belajar siswa, sehingga siswa dapat memiliki resiliensi akademik dalam menghadapi berbagai ujian dan tes.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada instansi pendidikan mengenai pentingnya memotivasi siswa menggunakan regulasi diri dalam belajar untuk meningkatkan prestasi belajar siswa sehingga berdampak pada kemajuan instansi pendidikan tersebut.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Resiliensi Akademik

1. Definisi Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik secara bahasa berasal dari bahasa Inggris yaitu *resiliensi* dan akademik, *resiliensi* merupakan bahasa dari kata *resilience* dan akademik yang berasal dari kata akademi.

Resilience memiliki arti daya pegas, daya kenyal atau kegembiraan (Echols & Shadily, 1976: 480). Resiliensi merupakan proses dan hasil adaptasi yang baik seperti contoh ketika mengalami keadaan yang sulit, dengan melibatkan fleksibilitas mental, emosional serta perilaku untuk penyesuaian diri dengan tuntutan eksternal maupun internal. (APA Dictionary of Psychology, 2007 : 910).

Resiliensi didefinisikan sebagai kapasitas dalam mempertahankan suatu kemampuan fungsional dengan tujuan untuk menghadapi stressor (Kaplan, Turner, Norman & Stillson, 1996: 158).

Connor & Davidson (2003:77) menjelaskan resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu menyesuaikan diri dengan permasalahan, tangguh, menghadapi stress serta berkembang saat berada pada suatu kesulitan hidup. Resiliensi dapat dijadikan sebuah indikator adaptasi yang baik ketika menghadapi masalah seperti contoh peristiwa traumatic (Kairarmak & Figley, 2017: 90).

Reivich & Shatte (2002: 38) memaparkan resiliensi sebagai berikut: *“the resilience is the capacity to respond in healthy and productive ways when faced with adversity or trauma, that is essential for managing the daily stress of life.”* Resiliensi merupakan kemampuan seseorang dalam bertahan, menyesuaikan diri pada suatu peristiwa yang tidak menyenangkan atau kesulitan, mampu menghadapi dan melaluinya, serta mampu mengatasi dengan baik dari kesengsaraan tersebut.

Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu ketika menghadapi setiap masalahnya dan pada setiap kondisi yang tidak menyenangkan (Mc Eween, 2011:2). Hiew (2004: 4) mendefinisikan resiliensi ialah kemampuan seseorang dalam bertindak untuk menghilangkan suatu trauma, keputusan, persoalan, dan ketidaknyamanan serta terus menjadi lebih sempurna dalam kehidupan. Charney (2004: 195) mengatakan bahwa resiliensi ialah suatu proses penyesuaian diri dengan baik ketika dihadapkan dengan situasi trauma, tragedy, serta peristiwa yang dapat memicu stress.

Peneliti menyimpulkan bahwa resiliensi merupakan proses seseorang dalam beradaptasi secara positif saat merespon suatu tantangan atau hambatan dan mampu pulih dari keterpurukan.

Fadjar (2002 : 5) menjelaskan bahwa kata akademik merupakan *academos* berasal dari bahasa Yunani yang memiliki arti taman umum di kota Athena bagian barat laut. Tempat umum ini dijadikan tempat Socrates berpidato dan melaksanakan diskusi tentang berbagai hal, menjelaskan

hasil dari pemikirannya tentang filosofi kepada mereka yang berada ditempat tersebut . Dari situ lah kata *acedomos* dikenal dengan akademik yaitu, suatu tempat perguruan. *Academist* ditujukan pada para pengikut perguruan tersebut.

Akademik memiliki arti yang sama dengan akademis dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia. Akademis memiliki arti kata sifat yang berhubungan dengan sesuatu yang bersifat ilmiah dan berkaitan dengan ilmu pengetahuan, Makna dari kata akademis adalah kemampuan dalam menguasai ilmu pengetahuan yang telah teruji kepastiannya. Dapat disimpulkan bahwa pengertian akademik merupakan suatu kondisi orang-orang yang mampu menyampaikan dan menerima suatu pemikiran, ilmu pengetahuan, gagasan, dan sekaligus mampu mengujinya dengan objektif, apa adanya, dan jujur.

Menurut Martin & Marsh (2009: 353) menjelaskan bahwa pengertian tidak ada perbedaan yang jauh antara resiliensi akademik dan resiliensi pada umumnya. Resiliensi akademik dapat diartikan sebuah resiliensi yang berfokus pada tantangan dan kesulitan pada setting akademik yang dinamis, sehingga hal inilah yang melatarbelakangi adanya resiliensi akademik. Martin & Marsh (2009: 353) menjelaskan “*Academic resilience’ refers to a student’s capacity to overcome acute or chronic adversities that are seen as major assaults on educational processes*”. Dari definisi tersebut Martin dan Marsh mendefinisikan resiliensi akademik pada kapasitas siswa untuk mengatasi kesulitan akut atau kronis

yang dipandang sebagai serangan besar dalam proses pendidikan. Martin dan Marsh (2006: 269) menekankan jika siswa yang memiliki resiliensi akademik yang baik ialah siswa yang mampu merespon kejatuhan, tantangan, kesulitan, dan tekanan secara efektif.

Waxman, Gray & Pardon (2003:12) menjelaskan bahwa penggunaan resiliensi akademik menunjukkan pelajar yang dapat mempertahankan tingkat pencapaian, kinerja yang tinggi, motivasi walaupun sedang dihadapkan dengan peristiwa tertekan dan situasi yang memicu stress dan beresiko untuk bertindak buruk disekolah dan terancam keluar dari sekolah.

Siswa yang memiliki resiliensi akademik cenderung akan mampu mempertahankan motivasi serta kinerjanya walaupun dihadapkan dengan tantangan atau kondisi yang beresiko terjadi suatu hal yang buruk dalam setting akademik (Oyoo, Mwaura, Kinai, 2018: 189).

Resiliensi dalam bidang akademik mewakili siswa yang mampu menghadapi kegagalan pendidikan dan tekanan akademik serta berpengaruh dalam proses pencapaian akademik (Abolmaali & Mahmudi :10).

Cassidy (2015:2) menjelaskan resiliensi akademik merupakan kemampuan untuk mengembangkan keberhasilan (akademis) meski dihadapkan dengan kesulitan dalam pendidikan.

Resiliensi akademik berarti kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan, stress dan juga tekanan dalam bidang akademik

(Rojas, 2015: 66). Boatman (2014:8) menjelaskan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan siswa dalam menghadapi pengalaman negatif, stress, dan menghambat ketika proses belajar dengan melibatkan kekuatan internal dan eksternalnya, sehingga mampu beradaptasi dengan baik dan mengerjakan tuntutan akademik dengan optimal.

Menurut Howell (2011) dan Horales (2010) resiliensi akademik merupakan suatu proses yang terjadi ketika siswa melibatkan kekuatan internal dan kekuatan eksternal untuk menghadapi pengalaman pra-perguruan tinggi yang menyebabkan terhambatnya proses belajar, dengan tujuan untuk berhasil beradaptasi dengan tuntutan sosial dan akademik pada tingkat yang lebih tinggi.

Resiliensi akademik merujuk pada pemberian respon sehat dan produktif sebagai bentuk kemampuan individu dalam menyesuaikan diri situasi akademik dengan tujuan dapat memperbaiki serta mampu melewati dan menghadapi standart akademik (Satyaningrum, I. K., 2014: 3). Ramadhana & Indrawati (2019, 41) mendefinisikan resiliensi akademik adalah kapasitas siswa untuk bertahan dan beradaptasi positif dalam mengatasi tantangan, kesulitan, dan tekanan dalam bidang akademik.

Peneliti menyimpulkan resiliensi akademik adalah proses yang siswa untuk menyesuaikan diri dengan situasi akademik yang menekan dan berupaya untuk tetap berhasil dalam menghadapi tantangan, kesulitan, dan tuntutan akademik.

2. Aspek dalam Resiliensi Akademik

Martin dan Marsh (2003:11) menyatakan aspek resiliensi akademik mencakup tiga aspek yaitu kepercayaan diri, control, ketenangan dan komitmen yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri dapat dilihat ketika siswa yakin serta percaya atas kemampuan *problem solving* terkait bidang pendidikan, seperti latihan soal dengan benar. menghadapi tantangan dan untuk menggunakan kemampuan terbaik dari diri mereka. Kepercayaan diri sangat berguna untuk menentang pemikiran negative sehingga meminimalisir rasa putus asa.

b. Kontrol (Merasakan Kontrol)

Kontrol merupakan kemampuan dalam pengolahan dan pengendalian tantangan yang dimiliki pelajar saat belajar. Siswa memilih dan menggunakan cara yang ia yakini mampu atau dapat mengatasi tugas sekolah. *A sense of control* atau merasakan kontrol merupakan kebutuhan individu untuk mengendalikan bermacam dorongan yang muncul dari dalam diri individu. Kontrol dapat membuat siswa menjadi lebih berpikir positif dalam menghadapi situasi akademik yang menekan, memahami suatu peristiwa yang dihadapi, mampu menelaah sesuatu yang akan terjadi, dan memicu siswa untuk mengambil keputusan jalan keluar dalam permasalahan akademik tersebut.

c. Ketenangan (kecemasan rendah)

Kecemasan terdiri dari dua cabang yakni khawatir dan perasaan gugup. Khawatir (*worrying*) adalah ketika siswa mengerjakan pekerjaan akademik dia takut untuk tidak maksimal dalam menyelesaikannya. Perasaan gugup (*feeling nervous*) muncul ketika siswa memikirkan tugas atau tuntutan akademik. Siswa yang memiliki kemampuan kecemasan yang rendah akan dapat mengendalikan sesuatu yang tidak baik tersebut seperti pikiran atau perasaan negatif, situasi yang menekan tidak akan mudah memengaruhi proses belajar dan pengerjaan tugas, justru siswa merasakan ketenangan serta kenyamanan.

d. Komitmen (ketekunan)

Komitmen (ketekunan) adalah ukuran siswa ketika dihadapkan dengan kesulitan, tantangan serta masalah berusaha untuk memahami permasalahan tersebut dan mencari solusi atau jalan keluar dari situasi tersebut. Ketekunan membuat siswa untuk tidak mudah menyerah saat berhadapan dengan suatu kegagalan, justru akan terus berusaha mencari jalan terbaik, dan mengevaluasi setiap kegagalan.

Simpulan dari penjelasan diatas aspek resiliensi akademik mencakup empat aspek yaitu kepercayaan diri, kontrol (rasa kendali), ketenangan (kecemasan rendah), serta komitmen (ketekunan).

3. Faktor Resiliensi Akademik

Jowkar, Kojuri, Kohoulat, dan Hayat (2014:34) menyatakan apabila resiliensi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya:

a. Faktor Protektif

Hartuti & Mangunsong (2009 : 110) menjelaskan bahwa menurut Goldstein dan Book, 2005 faktor protektif merupakan *“kualitas individu atau lingkungan (konteks) atau interaksi yang menjadikan prediktor untuk menghasilkan sesuatu yang lebih baik, khususnya dalam kondisi yang tertekan dan terdapat tantangan.”* Faktor protektif ialah yang melindungi seseorang dari respon negatif dari adanya tekanan ataupun situasi yang tidak menyenangkan. Faktor ini menjadi pendukung dalam pembentukan dan perkembangan resiliensi akademik pada siswa. (Henderson dan Milstein, 2003 : 8). Faktor ini terbagi menjadi dua kategori yakni:

1) Faktor Internal

Jowkar, Kojuri, Kohoulat, & Hayat (2014: 34) menjelaskan faktor ini merupakan kualitas maupun karakteristik pada individu seperti contoh keyakinan, sikap, nilai serta kapasitas yang dihasilkan dari perkembangan yang baik. Faktor protektif yang berasal dari individu ini membedakan kemampuan resiliensi individu satu dengan yang lain. Faktor-faktor protektif internal (Bernard, 1991: 7) yaitu:

a) Kerjasama dan komunikasi

Kerjasama dan komunikasi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk bertukar ide, bekerja, mengemukakan perasaan dan rasa ingin untuk terjalin secara

efektif dengan orang lain. Tersedianya kerjasama dan komunikasi yang baik dalam suatu komunitas atau kelompok individu akan mempermudah memperoleh dukungan yang baik dari teman sebaya maupun keluarga, dengan komunikasi yang baik semakin banyak juga kemungkinan jejaring sosial yang didapat.

b) Empati

Empati merupakan keterampilan dasar individu dalam mendahulukan orang lain, karena terdapat perasaan sedang berada di keadaan atau disposisi orang lain tersebut. Empati mampu membantu siswa mendapatkan hubungan yang baik dengan lingkungan sekitarnya sehingga membuat siswa menjadi lebih ramah, dan orang lain menjadi lebih peka ketika sedang membutuhkan bantuan,

c) Kemampuan menyelesaikan masalah (*problem solving skills*)

Kemampuan menyelesaikan masalah merupakan keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam bentuk pola pikir yang mampu membantu dalam mencari penyelesaian dari suatu masalah.

d) Efikasi diri (*self efficacy*)

Efikasi diri merujuk pada keyakinan individu pada diri sendiri terhadap kemampuannya untuk mengerjakan suatu hal.

Kompetensi ini berpengaruh pada resiliensi akademik karena dengan efikasi memengaruhi performansi.

e) Kesadaran diri

Kesadaran diri merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam bentuk pemahaman diri sendiri meliputi sifat perasaan dan perilaku secara tepat menggunakan observasi pada diri sendiri secara objektif.

f) Aspirasi dan tujuan

Tujuan yaitu gambaran atau ungkapan dorongan intrinsik sehingga menunjukkan suatu perkembangan individu. Tujuan membuat individu memiliki target yang dirahapkan dimasa depan.

Faktor internal dari resiliensi akademik menurut Grotberg (1995:11) berbeda pada masing masing individu, faktor internal tersebut ialah taraf perkembangan, tingkat usia, kapasitas individu ketika berhadapan dengan situasi yang sulit, serta dipengaruhi oleh seberapa besar dukungan sekitar dalam proses pembentukan resiliensi akademik tersebut.

2) Faktor Eksternal

Faktor yang berasal dari luar diri atau eksternal merupakan *support* bersumber keluarga dirumah, teman disekolah, atau sekumpulan orang yang berinteraksi di lingkungan sosialnya

Jowkar, Kojuri, Kohoulat, dan Hayat (2014 : 34 Faktor ekssternal tersebut yiatu:

a) Hubungan Hangat

Hubungan hangat merupakan terkaitan invidu dan orang lain sehingga muncul rasa peduli, pemahaman perilaku antara satu dan yang lain, penuh kasih sayang, dan hangat.

b) Pengharapan Tinggi

Pengrahapan tinggi adalah suatu keyakinan individu akan kemampuan dirinya pada masa depan dengan memunculkan rasa percaya diri dan pikiran positif.

c) Dukungan Lingkungan

Dukungan lingkungan mengacu pada kesempatan yang diberikan oleh lingkungan sekitar pada individu untuk melakukan kegiatan yang mampu dipilihnya secara bebas dan dipertanggung jawabkan oleh indivdu.

b. Faktor Resiko

Ministry of Social Development (dalam Marat, Idulfilastri, Dewi, Bahiya, 2019: 576) menjelaskan Faktor risiko (risk factors) merupakan kebalikan dari protective factors yaitu situasi atau faktor yang meningkatkan kemungkinan munculnya hasil yang buruk. Grotberg (1995) menjelaskan jika faktor resiko bisa dipengaruhi dari bermacam sumber, bisa dari luar diri yaitu keluarga dan teman serta dari dalam diri yaitu diri sendiri.

Sejalan dengan Rojas (2015: 70) menjelaskan faktor resiliensi akademik yang dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk bersikap resiliensi akademik yaitu bersumber dari dua kategori:

a. Faktor Lingkungan

- 1) Faktor risiko berhubungan dengan kondisi lingkungan seperti kekurangan harta dan rendahnya status ekonomi, kesalahan dalam keluarga, terjadinya sebuah konflik dalam keluarga, dukungan sosial yang rendah, taraf kedisiplinan yang diterapkan serta pola asuh yang dipakai oleh orang tua.
- 2) Faktor protektif mengacu pada rendahnya tingkat stress dalam keluarga, perlindungan individu, perasaan yang aman dari lingkungan, pengharapan yang tinggi, kemampuan intelegensi dan kemampuan komunikasi yang baik.

b. Faktor Individual

Faktor mampu memicu individu untuk bersikap resiliensi akademik adalah tingkat optimism yang tinggi, empati yang tinggi, harga diri, kontrol diri, *self awareness*, memiliki target, kemampuan menyelesaikan masalah dengan baik, motivasi berprestasi.

4. Dimensi Resiliensi Akademik

Cassidy (2016: 8) mengemukakan resiliensi akademik terdiri dari 3 dimensi ketekunan, refleksi dan pencarian bantuan adaptif, pengaruh negatif dan respon emosional. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

a. Ketekunan (*Perseverance*)

Perseverance adalah mengindikasikan adanya perilaku ketahanan dan keteguhan dalam merespon proses pembelajaran. Menurut Cassidy (2016: 8) individu dengan ketekunan ialah siswa dengan kemampuan untuk tetap berusaha berhasil meskipun dihadapkan dengan kesulitan akademik, menanamkan jiwa yang disiplin dalam diri, dapat mengendalikan diri, ulet dengan orientasi tujuan yang jelas sehingga dapat bangkit saat merespon suatu masalah.

b. *Refleksi* dan pencarian pertolongan adaptif

Menurut Cassidy (2016: 8) cerminan diri adalah suatu keadaan saat individu mengetahui kelebihan dan kelemahan dirinya, sehingga mampu mengetahui strategi yang akan dipilih saat menghadapi suatu masalah atau kesulitan untuk sukses atau berhasil melewati kesulitan akademik. Siswa dan lingkungan emosional yakni meminta pertolongan dalam memperbaiki kemampuan penyesuaian diri saat berhadapan dengan masalah dalam lingkungan akademik Newman (2002 dalam Cassidy, 2016: 8). Dengan mampu menyadari kelemahan dan kelebihannya dapat memudahkan diri dalam mengetahui bantuan yang dibutuhkan, pada siapa dia akan meminta bantuan tersebut, dan batasan meminta bantuan sebagai bentuk kemandirian dalam menyelesaikan masalah.

c. Afek negatif dan respon emosional

Menurut Connor & Davidson (2003: 80) mendeskripsikan afek negative dan respon emosional sebagai kemampuan dalam mengelola emosi negatif. Cassidy menyatakan (2016: 9) individu yang mampu meningkatkan kemampuan dalam merespon baik dari kejadian menekan dengan emosi yang positif akan berdampak pada hasil yang baik pula, karena ia tidak meresponnya emosi negatif sehingga memberikan dampak pada afek psikologis yang kurang adaptif.

B. Regulasi Diri dalam Belajar

1. Definisi Regulasi Diri dalam Belajar

Menurut bahasa regulasi diri dalam belajar adalah istilah yang berasal dari kata *self regulated learning*. Menurut Kamus Besar Bahasa Inggris-Indonesia kata *self* memiliki arti diri (Echols, J. & Shadily, H., 1976: 511), kata *regulated* merujuk pada kata *regulate* yang berarti mengatur (Echols, J. & Shadily, H., 1976: 474), dan kata *learning* berasal dari kata *learn* yang memiliki arti mempelajari (Echols, J. & Shadily, H., 1976: 352).

Regulasi diri dalam belajar merujuk pada proses belajar terus menerus dengan memantau dan mengontrol pembelajaran yang menekankan pada penggunaan metakognisi, motivasi, kontrol kognitif, dan pemberdayaan aktivitas belajar secara strategis (APA Dictionary of Psychology: 2007: 958).

Menurut Zimmerman (1989: 329), regulasi diri dalam belajar merupakan belajar yang merujuk perilaku dan prosesnya mengarah pada kemampuan mengolah informasi, sekaligus dalam mengatur, membuat tujuan, dan olah kognitif oleh pelajar. Zimmerman dan Martians-Pons (2001: 284) menambahkan regulasi diri dalam belajar mengacu pada kondisi dimana pelajar saat proses belajar menggunakan secara aktif metakognisi, perilaku serta motivasi.

Cheng (2011: 3) menyatakan bahwa regulasi diri dalam belajar ialah pada cara siswa dalam mengatur kognisi serta pemberdayaan sumberdaya, serta mengendalikan lingkungan.

Regulasi diri dalam belajar yaitu belajar mandiri disangkutkan dengan motivasi dalam belajar dan memonitor keberhasilan belajar sebagai hasil dari belajar tersebut. Fokus pertama regulasi diri dalam belajar adalah penentuan tujuan belajar, pelaksanaan, serta evaluasi untuk perbaikan dari proses belajar (Ormrod, 2009: 38). Atmoko & Hidayah (2012: 47) menambahkan tentang evaluasi yang bermanfaat dalam melihat seberapa sesuai hasil dan target yang sudah ditentukan. Saat evaluasi siswa dapat mengetahui apakah kegiatan belajar sudah sesuai dengan target diri yang disesuaikan dengan informasi orang lain atau lingkungannya.

Cazan (2012: 413) menyatakan regulasi diri dalam belajar mengacu pada pembelajaram yang dipandu oleh metakognisi, strategi

berupa tindakan (meliputi merencanakan, memantau, serta mengevaluasi kemajuan pribadi pada standart diri) serta motivasi untuk belajar.

Regulasi diri dalam belajar menurut Susetyo & Amitya (2012: 96) adalah “mengatur atau mengarahkan diri dalam belajar” atau “belajar dengan mengarahkan atau mengatur diri”. Regulasi diri dalam belajar adalah gabungan dari kecakapan belajar dengan kemampuan pengendalian diri dengan tujuan membuat proses belajar menjadi lebih mudah dan memicu siswa untuk lebih termotivasi (Glynn dkk., dalam Latipah, 2010: 112).

Regulasi diri dalam belajar merupakan proses konstruktif dalam penetapan target belajar dengan pemantauan, pengaturan, dan pengendalian motivasi, dan membatasi perilaku sesuai dengan tujuan dan kondisi belajar (Pintrich, dalam Boekaerts et al., 2000: 453).

Mustofa, Suharsoni & Nabilla (2019: 647) menjelaskan regulasi diri dalam belajar adalah seseorang yang mampu untuk merencanakan, memantau, mengendalikan, mengevaluasi dan melaksanakan kembali rencana dan mengantisipasi dalam menangani situasi akademis untuk mencapai keberhasilan dalam proses pembelajaran.

Nurfiani (2015: 11) regulasi diri dalam belajar adalah individu mampu mengontrol proses belajar seperti merencanakan, melaksanakan, melakukan evaluasi terhadap proses belajar, dengan melibatkan aspek kognitif (pengaturan diri), afektif (sosioemosional) dan psikomotor (perilaku) untuk tercapainya tujuan belajar.

Setyanto (2014: 28) menggambarkan regulasi diri dalam belajar adalah proses belajar secara mandiri oleh siswa dengan perencanaan meliputi penyusunan strategi dalam aktivitas belajar sesuai dengan standart pribadi yang telah ditentukan kemudian agar hasil lebih optimal maka dilakukan evaluasi pada aktivitas belajar tersebut sehingga dapat diperbaiki serta ditingkatkan.

Peneliti menyimpulkan bahwa definisi regulasi diri dalam belajar merupakan siswa yang melibatkan kemampuan dalam mengatur aktivitas dalam proses belajar menekankan pada metakognisi, motivasi, dan perilaku seperti merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi, dan memperbaiki agar tercapai suatu tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

2. Aspek-Aspek Regulasi Diri dalam Belajar

Zimmerman (1989: 332) aspek regulasi diri dalam belajar meliputi tiga aspek, yaitu :

a. Metakognitif

Moore (2004) mendefinisikan metakognitif merujuk pada pemahaman tentang pengetahuan, sehingga individu dapat menggunakannya dengan efektif pengetahuannya. Matlin (1989) menjelaskan metakognitif yaitu pemahaman terhadap proses-kognitif. Zimmerman-Pons (1988) menyatakan penggunaan metakognitif pada regulasi diri dalam belajar ketika siswa menjadikan kebutuhan untuk

melakukan perencanaan, pengorganisasian, evaluasi diri serta insstruksi diri dalam proses belajar.

b. Motivasi

Motivasi merupakan proses ketika keinginan mampu memicu individu untuk mengerjakan aktifitas untuk menuju sasaran (Rangga & Naomi, 2007: 2). Menurut Zimmerman-Pons (1988) dengan motivasi siswa keyakinan pada diri sendiri dalam belajar, motivasi instrinsik yang baik, otonomi.

c. Perilaku

Zimmerman-Schank menyatakan bahwa perilaku sebagai upaya siswa dalam pengaturan diri, penentuan aktifitas, serta mengoptimalkan lingkungan untuk memudahkan aktivitasnya. Menurut Zimmerman-Pons (1988) untuk pencapaian yang maksimal atas upaya tersebut, siswa perlu untuk menentukan, merencanakan, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik yang baik.

Sejalan dengan Wolters, Pintrich dan Karabenick (2003) menjelaskan aspek regulasi diri dalam belajar mencakup tiga aspek sebagai berikut:

a. Kognitif

Peran kognitif dalam regulasi diri dalam belajar berguna untuk menyesuaikan diri saat dihadapkan pada permasalahan. Bentuk dari penyesuaian diri tersebut dapat berupa pengambilan keputusan dan

pemilihan cara kognitif seperti mengingat, memeroses informasi, belajar, bernalar, *problem solving* dan berpikir.

b. Motivasi

Motivasi merupakan bagian yang penting untuk berprestasi dan belajar dalam setting akademik. Siswa akan melakukan teknik yang sama dengan meregulasi kognitif saat meregulasi motivasi. Menurut Wolters, Pintrich dan Karabenick (2003) regulasi motivasi seperti siswa berupaya untuk meningkatkan atau membangkitkan kemauan untuk mencoba melakukan kegiatan atau aktifitas dengan tujuan yang dipilih. Contoh motivasi dalam regulasi dalam belajar mencakup pikiran, upaya, tingkah laku siswa yang akan berpengaruh pada kemauan dan ketekunan dalam menghadapi tugas tugas akademik.

c. Perilaku

Perilaku merupakan upaya siswa untuk mengendalikan perilaku yang nampak mereka. Berdasar teori Bandura (1986, dalam Zimmerman, 1989) terkait model triadik sosial kognitif bahwa perilaku adalah aspek dari individu tersebut. Siswa yang mampu memonitor perilaku diri sendiri dan mencoba untuk mengendalikan serta mengatur hal tersebut sehingga aktivitas tersebut termasuk dalam regulasi diri dalam belajar.

Dapat disimpulkan aspek atau komponen dari regulasi diri dalam belajar meliputi tiga aspek ialah metakognisi, contoh perencanaan, evaluasi serta mengorganisasi. Yang kedua adalah motivasi meliputi

kesediaan untuk memperbaiki diri dan hasil lebih optimal. Dan yang terakhir adalah perilaku yang berhubungan dengan cara individu untuk memilih keputusan aktivitas dalam belajar, seperti meminta bantuan pada teman, mencari informasi yang dapat membantu proses belajar, serta menciptakan lingkungan belajar yang nyaman.

3. Faktor Regulasi Diri dalam Belajar

Zimmerman (1989: 337) menyatakan bahwa keterampilan dan kemampuan regulasi diri dalam belajar dipengaruhi faktor-faktor sebagai berikut:

a. Faktor pribadi

Faktor pribadi dapat memengaruhi kemampuan regulasi diri dalam belajar meliputi pengetahuan, tujuan atau standart dari berpikir yang ditetapkan oleh masing masing siswa, afeksi yang merupakan bentuk emosi.

b. Faktor perilaku

Perilaku yang digunakan dalam proses belajar seperti mengatur atau menciptakan lingkungan belajar untuk memudahkan proses belajar, mengurangi gangguan.

c. Faktor lingkungan

Lingkungan memiliki peran penting dalam memicu minat belajar, karena interkasi dengan lingkungan pergaulan dengan teman temannya baik di rumah ataupun disekolahnya, interaksi dengan keluarga

dirumah, serta lingkungan sosial lainnya. Pengalaman yang diperoleh dari lingkungan tempat siswa belajar dapat membentuk minat belajar.

4. Dimensi Regulasi Diri dalam Belajar

Zimmerman (dalam Pitrich & Schunk, 2008) mengembangkan sebuah kerangka konseptual mengenai pertanyaan pertanyaan yang mengacu pada bentuk dari pengaturan dalam belajar:

a. Efikasi Diri serta tujuan belajar

Efikasi diri adalah faktor kunci yang dapat berpengaruh regulasi diri dalam belajar dalam dirinya sendiri (Zimmerman, 1989: 331). Menurut Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada persepsi terhadap kemampuan dirinya dalam mengatur dan melaksanakan kegiatan dengan tujuan untuk mendapatkan keterampilan dalam tugas. Efikasi diri yang baik mengindikasikan kualitas strategi belajar dan kemampuan *self monitoring* yang baik. Beradasakan tujuan regulasi diri dalam belajar bahwa tujuan jangka panjang mempengaruhi pengambilan keputusan metakognitif. Cara dapat mewujudkan tujuan jangka panjang adalah menyusun tujuan jangka menengah, dan realistis yang memungkinkan dapat tercapai.

b. Penggunaan Strategi atau Pelaksanaan Rutin

Penggunaan stategi merujuk pada cara siswa dalam menjalankan aktivitas rutin ketika hendak memulai belajar misalnya dengan

membaca buku catatan, mencatat kembali tentang hal yang dibaca serta menandai hal penting.

c. Pengelolaan Waktu

Regulasi diri belajar yang baik maka ketika siswa dapat memperhitungkan waktu dalam pengerjaan tugas serta memperhatikan waktu pembelajaran ketika proses belajar mandiri.

d. Observasi Diri, Penilaian Diri, Reaksi Diri

Observasi diri merupakan respon pelajar yang secara sistematis memonitori perilakunya sendiri atau disebut dengan pengamatan diri. Penilaian diri merupakan respon pelajar yang secara sistematis melakukan perbandingan kinerja pada standar yang telah ditetapkan. Reaksi diri merupakan respon pelajar terhadap hasil yang telah ditempuhnya. Reaksi diri dan penilaian diri bersamaan terbentuk.

e. Lingkungan Tempat Belajar

Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa terdapat dua hal yang dipengaruhi oleh lingkungan terhadap regulasi diri dalam belajar, yaitu pengalaman sosial dan struktur lingkungan belajar. Pengalaman sosial mengacu pada belajar berdasarkan pengamatan secara langsung pada perilaku diri sendiri dan efek yang didapat dari perilaku tersebut atau disebut dengan *modeling*. Struktur dari lingkungan belajar mengacu pada situasi belajar yang diterapkan, seperti pada tingkat kesulitan tugas, perubahan tempat belajar, serta aturan atau metode yang ditetapkan.

f. Pencarian Bantuan Yang Selektif

Dimensi ini merujuk pada upaya yang dipilih siswa ketika mengalami kesulitan dalam memahami tugas ataupun materi pembelajaran. Sumber bantuan yang dipilih diantaranya adalah guru, teman, orang dewasa baik orang tua ataupun kakak kelas yang lebih ahli.

C. Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik

Siswa kelas XII yang akan menghadapi rangkaian ujian memiliki tuntutan akademik yang lebih banyak daripada kelas lainnya seperti kelas XI dan X, oleh karena itu dalam menghadapi tuntutan dengan efektif perlu meningkatkan kemampuan diri. Kemampuan untuk bertahan dan bangkit dalam situasi menekan yang dimaksud adalah resiliensi akademik. Resiliensi akademik sangat bermanfaat bagi ketangguhan dan kesiapan secara mental dan siswa kelas XII selaku calon peserta ujian dalam menyelesaikan, mengatasi, dan menghadapi tugas serta rangkaian ulangan seperti UN, ujian sekolah, ujian masuk perguruan tinggi. Tekanan akademik ini lebih dirasakan oleh siswa kelas XII dengan program akselerasi atau percepatan, yang memiliki waktu lebih singkat dalam pembelajaran, dan harus mengejar untuk menyesuaikan dengan kelas XII reguler. Sejalan dengan Anggraini, Wahyuni Soejanto (2017 : 51) bahwa kelas XII penting sekali untuk meningkatkan kemampuan resiliensi akademik.

Penerapan metode belajar dan mengajar secara daring menjadikan hambatan atau tantangan bagi siswa khususnya kelas XII SMA Negeri 9

Malang program akselerasi yang membutuhkan lebih banyak latihan soal dan bimbingan belajar. Hal tersebut menjadikan siswa kelas XII SMA Negeri 9 Malang belajar mandiri dirumah untuk tercapainya suatu tujuan akademik seperti lulus ataupun mengikuti ujian masuk perguruan tinggi, belajar mandiri tersebut menjadikan mereka pembelajar berdasar regulasi diri. Oleh karena itu penting untuk siswa kelas XII memiliki kemampuan pengaturan belajar secara mandiri atau disebut dengan regulasi diri dalam belajar.

Bagi siswa kelas XII yang menjalani pembelajaran daring kemampuan regulasi diri dalam belajar menjadi konstruksi atau susunan yang berhubungan dengan resiliensi akademik. Penetapan tujuan yang jelas oleh siswa memudahkan mempengaruhi siswa dalam pengendalian diri dalam belajar serta keyakinan dalam menjalani rangkaian pembelajaran. Dengan tujuan seorang siswa mampu memprioritaskan aktifitas yang mendukung pada tercapainya tujuan dan mengidentifikasi aktifitas yang tidak penting serta menghaambat tujuan belajar. Penetapan tujuan terdapat dalam regulasi diri dalam belajar yaitu indikator “membuat tujuan belajar” serta resiliensi akademik yaitu faktor protektif internal.

Hubungan regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi selanjutnya dapat dilihat dari faktor sama sama yang memengaruhi pada kedua variable yaitu lingkungan. Pada variable resiliensi akademik faktor lingkungan merupakan kategori faktor protektif eksternal meliputi hubungan baik dengan komunitas, keluarga, serta teman, pengharapan tinggi dari lingkungan dan dukungan sosial. Faktor lingkungan pada variable regulasi diri dalam belajar

menjelaskan pada situasi dan kondisi yang berinteraksi dengan siswa. Lingkungan yang berperan adalah interaksi disekolah, dirumah dengan keluarga, dan kelompok menunjukkan tingkat *support* pada tujuan yang ditetapkan siswa dan aktivitas yang sedang dilakukan.

Hubungan berikutnya adalah dari dimensi kedua variable yaitu dimensi refleksi diri dan pencarian bantuan pada varibel resiliensi akademik serta dimensi obbservasi diri dan pencarian bantuan yang selektif pada variable regulasi diri dalam belajar. Adapun dimensi refleksi diri dan mencari bantuan secar adaptif ketika siswa berupaya untuk mengenali dan mencari penyelesaian dari suatu masalah , serupa dengan observasi diri, penilaian diri dan rekasi diri pada regulasi diri dalam belajar yaitu siswa mampu monitori dan menilai pada kemampuan dan hasil capainnya untuk mengetahui pada siapa mereka akan menemukan sumber bantuan.

Hubungan berikutnya adalah kesamaan dimensi kegigihan dalam resiliensi akademik dengan aspek motivasi pada regulasi diri dalam belajar. Kegigihan dalam resiliensi akademik diartikan bahwa siswa yang sedang menghadapi kesulitan atau tuntutan akademik akan berupaya untuk tetap berhasil, disiplin, mampu mengendalikan diri, ulet dan tidak mudah putus ada. Dimensi tersebut pada regulasi diri dalam belajar termasuk pada motivasi, yang berarti dengan motivasi siswa memiliki dorongan atau menambah kesediaan untuk memperoleh apa yang diinginkan dan menyelesaikannya. Contoh performaasi motivasi yang memiliki kesamaan dengan dimensi kegigihan adalah dalam proses belajar adalah mengingat dan menghafal, mencari infromasi. Kedua

variable memiliki kesamaan dalam hal pengendalian diri dalam bidang belajar akademik.

Sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Karimi, Abedi dan Farahbakhsh (2014:83) yang menunjukkan adanya pengaruh dari strategi regulasi diri dalam belajar terhadap resiliensi akademik pada siswa. Dilengkapi temuan terbaru oleh Verma & Mohan (2020: 32) yang menunjukkan siswa yang resilien dalam bidang akademik akan lebih mampu mengarahkan diri dalam proses belajarnya. Penelitian oleh Chasanah (2019: 101) yang menyimpulkan bahwa terdapat korelasi kuat antara strategi regulasi diri belajar dan resiliensi akademik.

D. Perspektif Islam

1. Resiliensi Akademik dalam Perspektif Islam

a. Telaah Teks Psikologi tentang Resiliensi Akademik

1) Sampel Teks Psikologi

Martin dan Marsh (2006: 269) menekankan jika siswa yang memiliki resiliensi akademik yang baik ialah siswa yang mampu merespon kejatuhan, tantangan, kesulitan, dan tekanan secara efektif.

Waxman, Gray & Pardon (2003:12) menjelaskan bahwa penggunaan resiliensi akademik menunjukkan pelajar yang dapat mempertahankan tingkat pencapaian, kinerja yang tinggi, motivasi walaupun sedang dihadapkan dengan peristiwa tertekan dan situasi yang memicu stress dan beresiko untuk bertindak buruk di sekolah dan terancam keluar dari sekolah.

Siswa yang memiliki resiliensi akademik cenderung akan mampu mempertahankan motivasi serta kinerjanya walaupun dihadapkan dengan tantangan atau kondisi yang beresiko terjadi suatu hal yang buruk dalam setting akademik (Oyoo, Mwaura, Kinai ,2018: 189).

Resiliensi dalam bidang akademik mewakili siswa yang mampu menghadapi kegagalan pendidikan dan tekanan akademik serta berpengaruh dalam proses pencapaian akademik (Abolmaali & Mahmudi :10).

Cassidy (2015:2) menjelaskan resiliensi akademik merupakan kemampuan untuk mengembangkan keberhasilan (akademis) meski dihadapkan dengan kesulitan dalam pendidikan.

Resiliensi akademik berarti kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan, stress dan juga tekanan dalam bidang akademik (Rojas, 2015: 66).

Boatman (2014:8) menjelaskan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan siswa dalam menghadapi pengalaman negatif, stress, dan menghambat ketika proses belajar dengan melibatkan kekuatan internal dan eksternalnya, sehingga mampu beradaptasi dengan baik dan mengerjakan tuntutan akademik dengan optimal.

Menurut Howell (2011) dan Horales (2010) resiliensi akademik merupakan suatu proses yang terjadi ketika siswa melibatkan kekuatan internal dan kekuatan eksternal untuk menghadapi

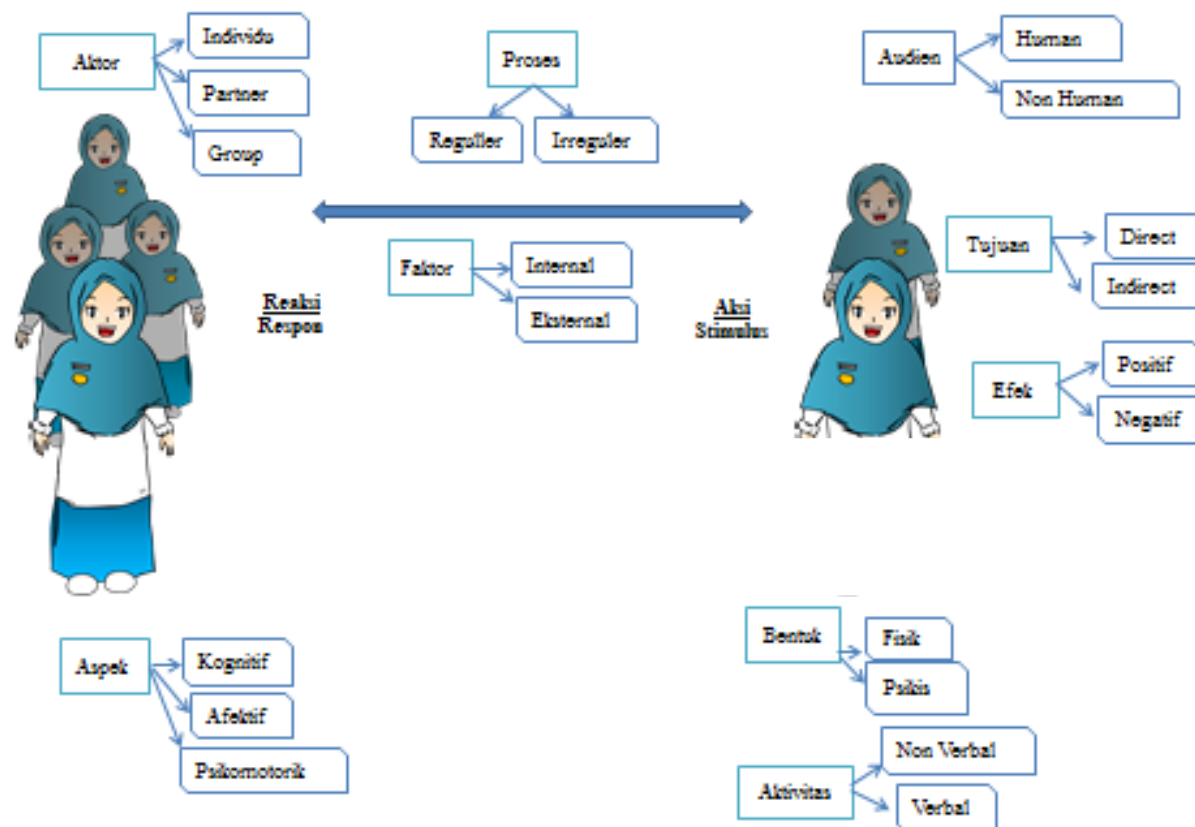
pengalaman pra-perguruan tinggi yang menyebabkan terhambatnya proses belajar, dengan tujuan untuk berhasil beradaptasi dengan tuntutan sosial dan akademik pada tingkat yang lebih tinggi.

Resiliensi akademik merujuk pada pemberian respon sehat dan produktif sebagai bentuk kemampuan individu dalam menyesuaikan diri situasi akademik dengan tujuan dapat memperbaiki serta mampu melewati dan menghadapi standart akademik (Satyaningrum, I. K., 2014: 3).

Ramadhana & Indrawati (2019, 41) mendefinisikan resiliensi akademik adalah kapasitas siswa untuk bertahan dan beradaptasi positif dalam mengatasi tantangan, kesulitan, dan tekanan dalam bidang akademik.

Resiliensi akademik merupakan kemampuan bertahan oleh peserta didik untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan sehat dan positif dan bangkit dalam situasi yang menyulitkan dan menekan dalam *setting* akademik (Sari & Indrawati, 2016:177).

2) Pola Teks Psikologi Tentang Resiliensi Akademik

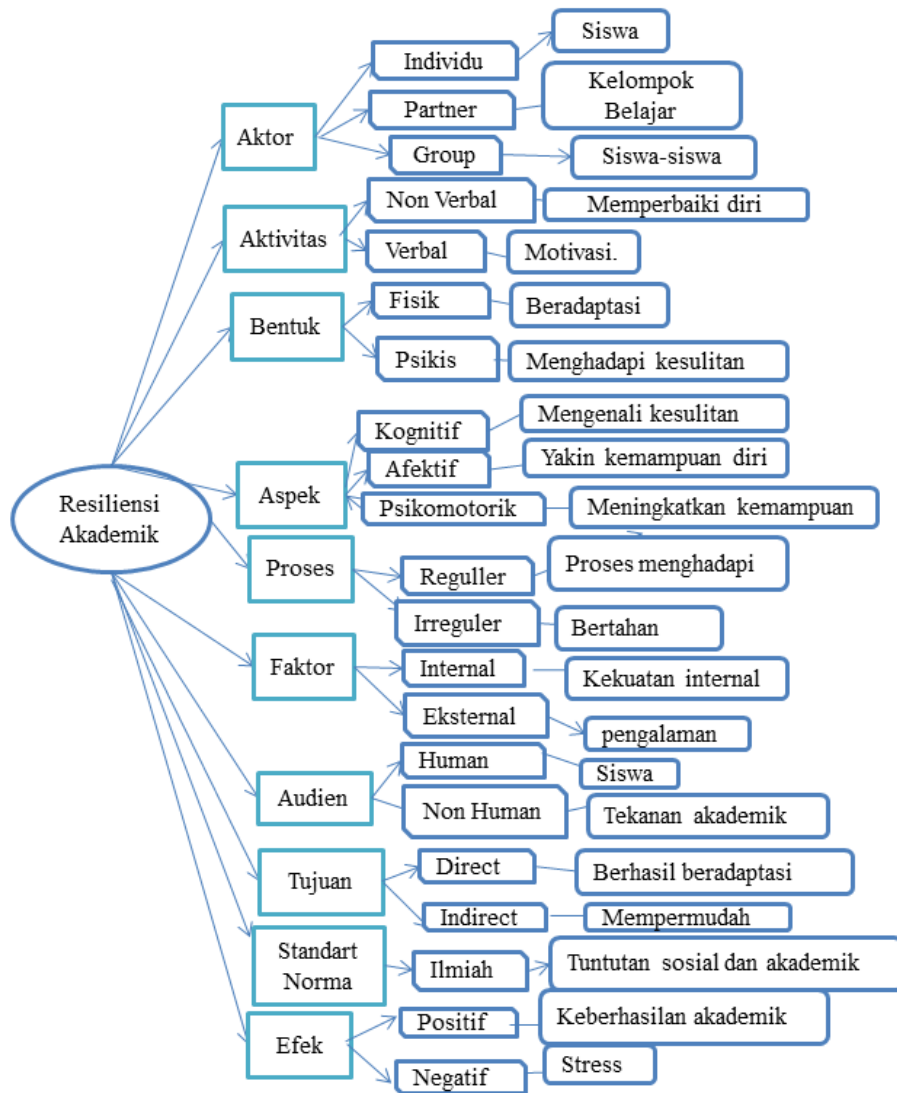


3) Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Resiliensi Akademik

Tabel 2.1 Analisis Komponen Resiliensi

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu	Siswa, Individu
		Partner	Kelompok Belajar'
		Community	Siswa siswa'
2.	Aktivitas	Verbal	Motivasi.
		Non Verbal	Mengatasi kesulitan, mempertahankan prestasi, kinerja, mengerjakan untutan akademik. Menyesuaikan diri. memeperbaiki diri.
3.	Bentuk	Fisik	Beradaptasi. Memberi respon sehat dan produktif.
		Psikis	Menghadapi kesulitan. Mempertahankan motivasi. Melibatkan
4.	Aspek	Kognitif	Kemampuan mengenali tekanan. Mempertahankan motivasi.
		Affektif	Yakin pada kemampuan yang dimiliki.
		Psikomotorik	Mempertahankan tingkat. Kapasitas.Kemampuan.
5.	Proses	Planning	Proses pendidikan, Menghadapi. Mengembangkan keberhasilan.
		Unplanning	Bertahan.
6.	Faktor	Internal	Kekuatana internal.
		Eksternal	keuatan eksternal. Pengalaman negative.Pengalaman praperguruan tinggi.
7.	Audien	1) Human	Siswa
		2) Non Human	Serangan besar bidang pendidikan. Peristiwa tertekan.Tantangan.Kegagalan pendidikan. Tekanan akademik.Kesulitan dalam pendidikan. Situasi akademik.
8.	Tujuan	Direct	Berhasil beradaptasi
		Indirect	Meredakan stress.mempermudah proses belajar.
9.	Standart Norma	Sosial	Tuntutan sosial & akademik
10.	Efek	Positif (+)	Keberhasilan akademik. dengan optimal.
		Negatif (-)	Kejatuhan. Stress. Hal buruk. Terancam dikeluarkan dari sekolah

4) Peta Konsep Psikologi Tentang Resiliensi Akademik



5) Rumusan Konsep Teks Psikologi sebagai Simpulan

a) Umum

Secara umum resiliensi akademik adalah penggunaan kemampuan siswa dalam berproses (menghadapi) tantangan akademik dengan bentuk beradaptasi serta berusaha tetap

berprestasi dengan tujuan untuk memperoleh keberhasilan akademik serta menghindari stress.

b) Khusus

Secara khusus resiliensi akademik adalah kemampuan siswa dalam melibatkan kognitif, afektif dan psikomotorik yang dipengaruhi oleh kekuatan internal dan eksternal (pengalaman) untuk berproses mengembangkan keberhasilan dalam proses pendidikan terutama saat dalam menghadapi situasi akademik seperti serangan besar pendidikan, peristiwa yang menekan, tantangan, kegagalan dalam pendidikan, kesulitan dalam pendidikan dan tekanan akademik dengan memberi respon sehat dan produktif seperti mempertahankan atau meningkatkan motivasi dan kinerja, mengerjakan tuntutan akademik, menyesuaikan diri serta memperbaiki diri dengan tujuan mampu mengikuti standar norma akademik, berhasil beradaptasi, dapat meredam stress, mempermudah proses belajar sehingga diperoleh efek atau hasil keberhasilan akademik dengan optimal dan terhindar dari resiko buruk seperti kejatuhan, stress, dan dikeluarkan dari sekolah.

b. Telaah Teks Alqu'an

1) Sampel Teks Al-Qur'an

Resiliensi akademik adalah proses melibatkan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotok saat berhadapan dengan tantangan akademik dengan merespon nya dengan bik berupak penyesuaian diri

dan perbaikan diri dengan tujuan tetap berhasil dalam pembelajaran. Resiliensi akademik dalam perspektif Islam yang berdasar pada Alquran dan Hadist menjelaskan bahwa konsep resiliensi akademik berhubungan erat dengan pemaknaan tentang kemampuan seseorang dalam menghadapi ujian dan tantangan menuntut ilmu. Ujian dan tantangan dalam menuntut ilmu seringkali silih berganti untuk menguji ketaqwaan dan keimanan seseorang hamba kepada tuhanNya.

Bahkan ujian dan tantangan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam menentukan kadar ketaqwaan dan keimanan seseorang kepada Allah SWT:

لَا يَشْتَرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ ثَمَنًا قَلِيلًا أُولَٰئِكَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ

Artinya:

“Mereka tidak menukarkan ayat-ayat Allah dengan harga yang sedikit. Mereka memperoleh pahala di sisi Tuhannya. Sungguh, Allah sangat cepat perhitungan-Nya.” (Q.S Ali Imran, 3: 199)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman! Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap-siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu beruntung. “ (Q.S Ali Imran, 3: 200)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُزُوا فَانْشُزُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۚ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya:

“Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan” Q.S Al Mujadilah (58:11)

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا فَتَحَسَّسُوْا مِنْ يُّوسُفَ وَآخِيْهِ وَلَا تَاْيِسُوْا مِنْ رُّوْحِ اللّٰهِ اِنَّهٗ لَا يَآيِسُ
مِنْ رُّوْحِ اللّٰهِ اِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُوْنَ

Artinya:

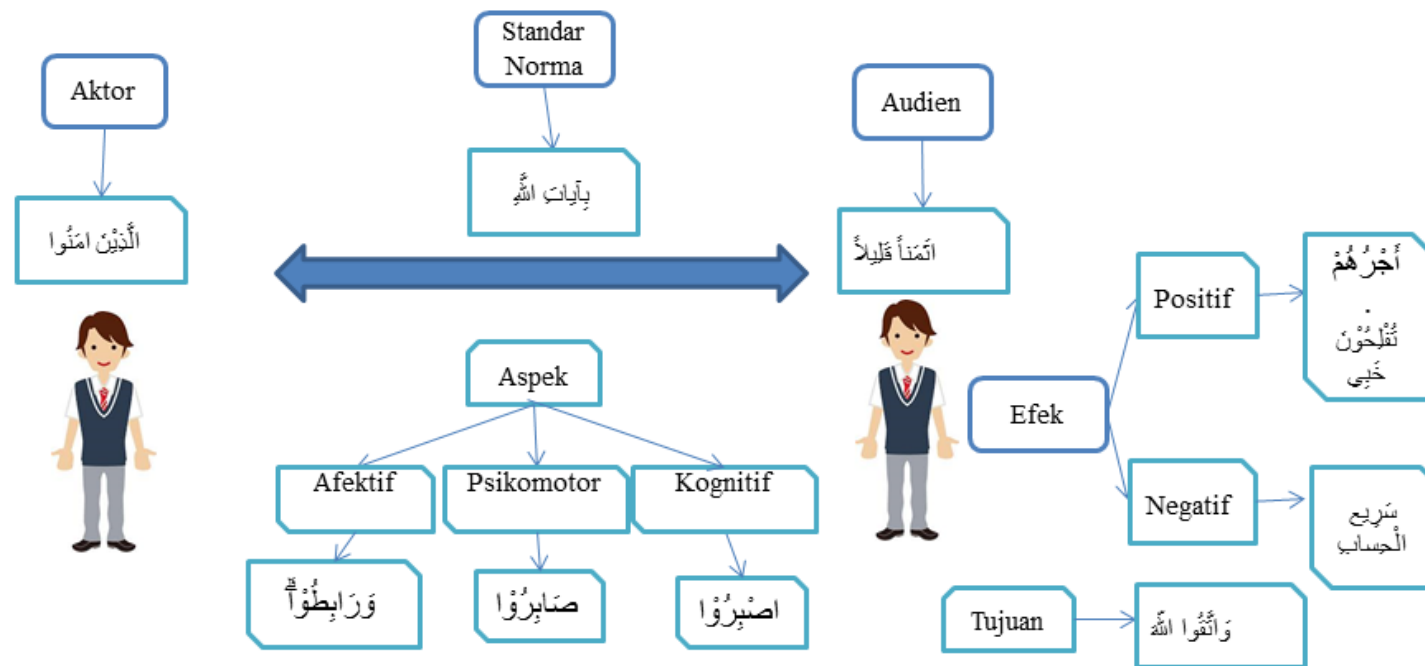
“Wahai anak-anakku! Pergilah kamu, info (berita) tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah hanyalah orang-orang yang kafir.”(Q.S Yusuf, 12: 87)

2) Analisis makna mu'frodlat surah Al Mujadilah ayat 11

Tabel 2.2 Analisis makna

No.	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna Psikologi
1.	لَا يَشْتَرُونَ	mereka tidak memperjualbelikan	مذكر	معروف	Larangan.
2.	بآيَاتِ اللَّهِ	ayat-ayat Allah	علامة	خطاء	Standar Norma
3.	ثَمَنًا قَلِيلًا	dengan harga murah	الهن	اح ترم	Value.
4.	أُولَئِكَ لَهُمْ	Mereka	الذين	ما	Audien.
5.	أُجْرُهُمْ	memperoleh pahala	هداية	ذنب	Reward
6.	عِنْدَ رَبِّهِمْ	di sisi Tuhannya.	ظن	عقل	Standart Norma.
7.	أَإِنَّ اللَّهَ	Sungguh, Allah	رب	مخلوق	Standart Norma
8.	سَرِيعِ الْحِسَابِ	sangat cepat perhitungan-Nya	شديد العقاب	ذات	Punishment.
9.	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا	Wahai orang-orang yang beriman,	الناس	ذات	Aktor
10.	اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا	Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap-siaga (di perbatasan negerimu)	مذ فتح	غضب	Resiliensi Akademik
13.	وَاتَّقُوا اللَّهَ	. dan bertakwalah kepada Allah	طاعة	اخ تلاف	Tujuan
14.	لَعَلَّكُمْ تَفْلَحُونَ خَبِير	agar kamu beruntung	هداية	ذنب	Reward

3) Pola Teks Alquran Tentang Resiliensi Akademik

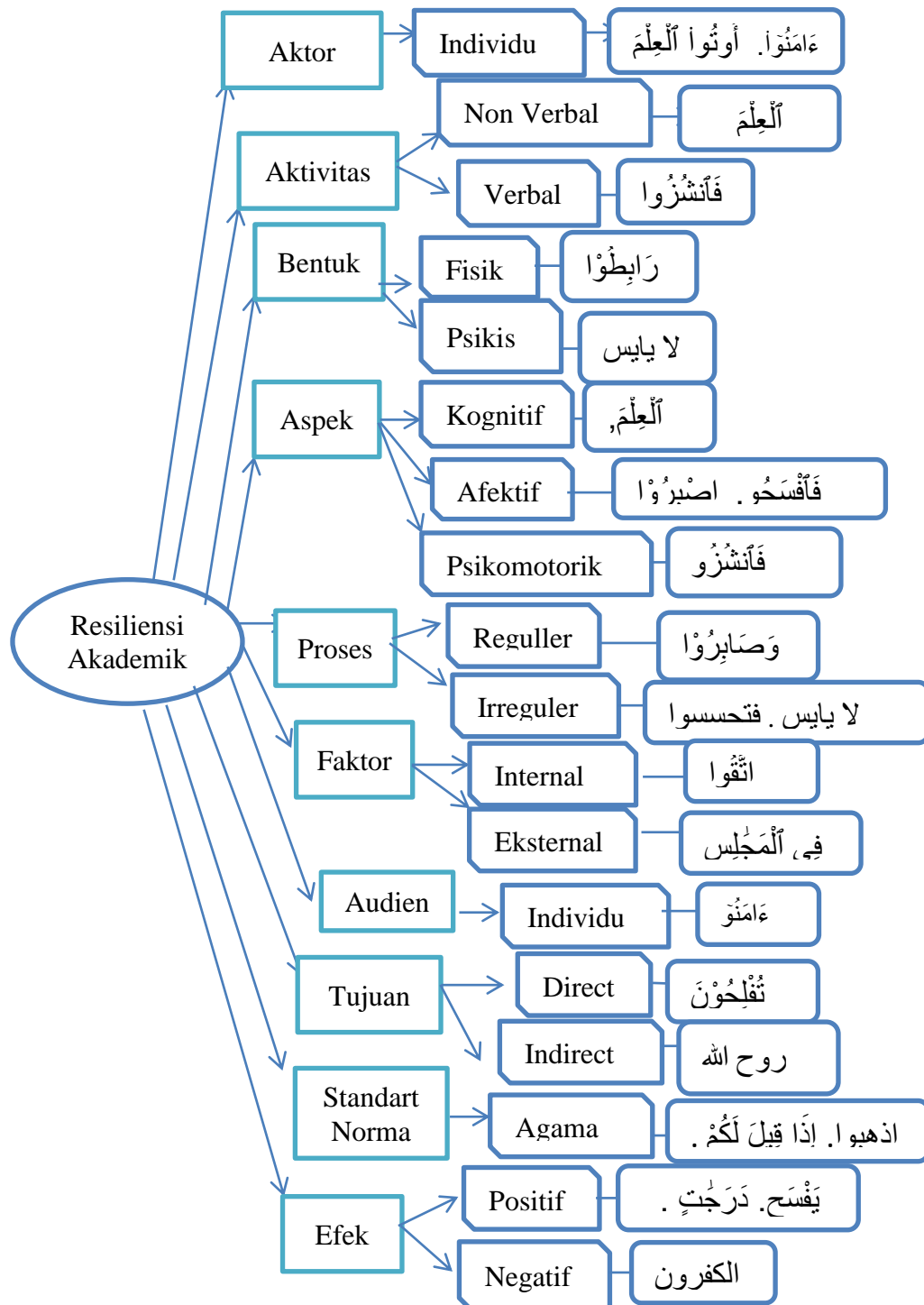


4) Analisis Komponen Teks Al quran tentang Resiliensi Akademik

Tabel 2.3 Analisis Komponen Alquran

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu, personal	ءَامَنُوا. اٰوْتُوا الْعِلْمَ . يٰبَنِي اٰذْهَبُوا
2.	Aktivitas	Verbal	اَلْعِلْمُ
		Non Verbal	فَاَنْشُرُوْا
3.	Bentuk	Fisik	رَابِطُوْا
		Psikis	لَا يٰٓاَيِسْ
4.	Aspek	Kognitif	اَلْعِلْمُ,
		Affektif	فَاَقْسَحُوْا . اَصْبِرُوْا
		Psikomotorik	فَاَنْشُرُوْا
5.	Proses	Planning, reguler	وَصَابِرُوْا
		Unplanning, irregular	لَا يٰٓاَيِسْ . فَتَحَسَّسُوا
6.	Faktor	Internal	اَتَّقُوا
		Eksternal	فِي الْمَجْلِسِ
7.	Audien	3) Individu, personal	ءَامَنُوْ
		4) Patner, couple	مِنْ يُوْسُفَ وَاٰخِيَهٗ
		5) Komunitas, massa	اَلْقَوْمِ الْكَافِرِيْنَ
8.	Tujuan	Direct	تُقْلِحُوْنَ
		Indirect	رُوحِ اللّٰهِ
9.	Standart Norma	Agama	اٰذْهَبُوا . اِذَا قِيْلَ لَكُمْ . وَاَللّٰهُ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرٌ
10.	Efek	Positif (+)	يَفْسَحْ . دَرَجَتٍ .
		Negatif (-)	اَلْكٰفِرِيْنَ

5) Peta Konsep Teks Alquran Resiliensi Akademik



6) Rumusan Konseptual

a) Secara Global

Resiliensi akademik adalah kemampuan orang beriman (ءَامَنُوا) untuk berlapang (فَسِيحٌ), bangkit (أَنشَزَ), dan tidak berputusa asa (لَا يَاسٍ) dalam menghadapi kesulitan saat mencari ilmu.

b) Secara Partikular

Resiliensi akademik adalah kemampuan orang beriman (ءَامَنُوا) dalam mencari ilmu (أَوْثُوا الْعِلْمَ) menghadapi tantangan (فَأَنشَزُوا) dengan bertahan (يَسْتَرْوْنَ بِآيَاتِ اللَّهِ تَمَنَّا قَلِيلًا) dengan kemampuan mempersiapkan diri (رَاطِبُوا), bersabar (صَبْرٍ), tidak berputus asa (لَا يَاسٍ), tangguh (فَسَدِيحٌ), untuk mencapai ketaqwaan (تَقْوَى) dalam suatu majlis (فِي الْمَجْلِسِ) dengan tujuan mendapatkan kemakmuran (تُفْلِحُونَ) rahmat Allah (رُوحَ اللَّهِ), pahala disisi Allah (سَرِيعَ الْحِسَابِ) serta menghindari balasan yang pedih (أَجْرُهُمْ).

2. Perspektif Islam tentang Regulasi Diri dalam Belajar

a. Telaah Teks Psikologi tentang Regulasi Diri dalam Belajar

1) Sampel Teks Psikologi

Regulasi diri dalam belajar merujuk pada proses belajar terus menerus dengan memantau dan mengontrol pembelajaran yang

menekankan pada penggunaan metakognisi, motivasi, kontrol kognitif, dan pemberdayaan aktivitas belajar secara strategis (APA Dictionary of Psychology: 2007: 958).

Menurut Zimmerman (1989: 329), regulasi diri dalam belajar merupakan belajar yang merujuk perilaku dan prosesnya mengarah pada kemampuan mengolah informasi, sekaligus dalam mengatur, membuat tujuan, dan olah kognitif oleh pelajar.

Zimmerman dan Martians-Pons (2001: 284) menambahkan regulasi diri dalam belajar mengacu pada kondisi dimana pelajar saat proses belajar menggunakan secara aktif metakognisi, perilaku serta motivasi.

Cheng (2011: 3) menyatakan bahwa regulasi diri dalam belajar ialah pada cara siswa dalam mengatur kognisi serta pemberdayaan sumberdaya, serta mengendalikan lingkungan.

Regulasi diri dalam belajar yaitu belajar mandiri disangkutkan dengan motivasi dalam belajar dan memonitor keberhasilan belajar sebagai hasil dari belajar tersebut. Fokus pertama regulasi diri dalam belajar adalah penentuan tujuan belajar, pelaksanaan, serta evaluasi untuk perbaikan dari proses belajar (Ormrod, 2009: 38).

Atmoko & Hidayah (2012: 47) menambahkan tentang evaluasi yang bermanfaat dalam melihat seberapa sesuai hasil dan target yang sudah ditentukan. Saat evaluasi siswa dapat mengetahui apakah

kegiatan belajar sudah sesuai dengan target diri yang disesuaikan dengan informasi orang lain atau lingkungannya.

Cazan (2012: 413) menyatakan regulasi diri dalam belajar mengacu pada pembelajaram yang dipandu oleh metakognisi, strategi berupa tindakan (meliputi merencanakan, memantau, serta mengevaluasi kemajuan pribadi pada standart diri) serta motivasi untuk belajar.

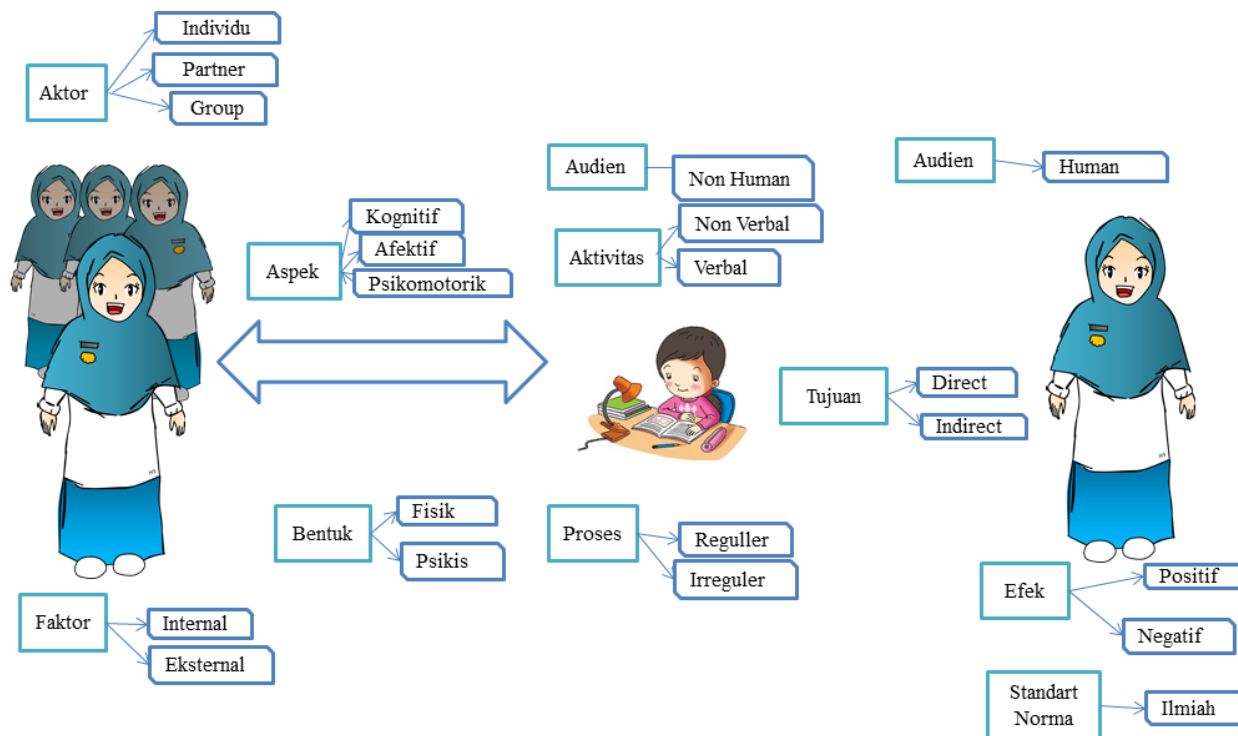
Regulasi diri dalam belajar menurut Susetyo & Amitya (2012: 96) adalah “mengatur atau mengarahkan diri dalam belajar” atau “belajar dengan mengarahkan atau mengatur diri”.

Regulasi diri dalambelajar adalah gabungan dari kecakapan belajar dengan kemampuan pengendalian diri dengan tujuan membuat proses belajar menjadi lebih mudah dan memicu siswa untuk lebih termotivasi (Glynn dkk., dalam Latipah, 2010: 112).

Regulasi diri dalambelajar merupakan proses konstruktif dalam penetapan target belajar dengan pemantauan, pengaturan, dan pengendalian motivasi, dan membatasi perilaku sesuai dengan tujuan dan kondisi belajar (Pintrich, dalam Boekaerts et al., 2000: 453).

Mustofa, Suharsoni & Nabilla (2019: 647) menjelaskan regulasi diridalam belajar adalah seseorang yang mampu untuk merencanakan, memantau, mengendalikan, mengevaluasi dan melaksanakan kembali rencana dan mengantisipasi dalam menangani situasi akademis untuk mencapai keberhasilan dalam proses pembelajaran.

2) Pola Teks Psikologi Tentang Regulasi Diri dalam Belajar

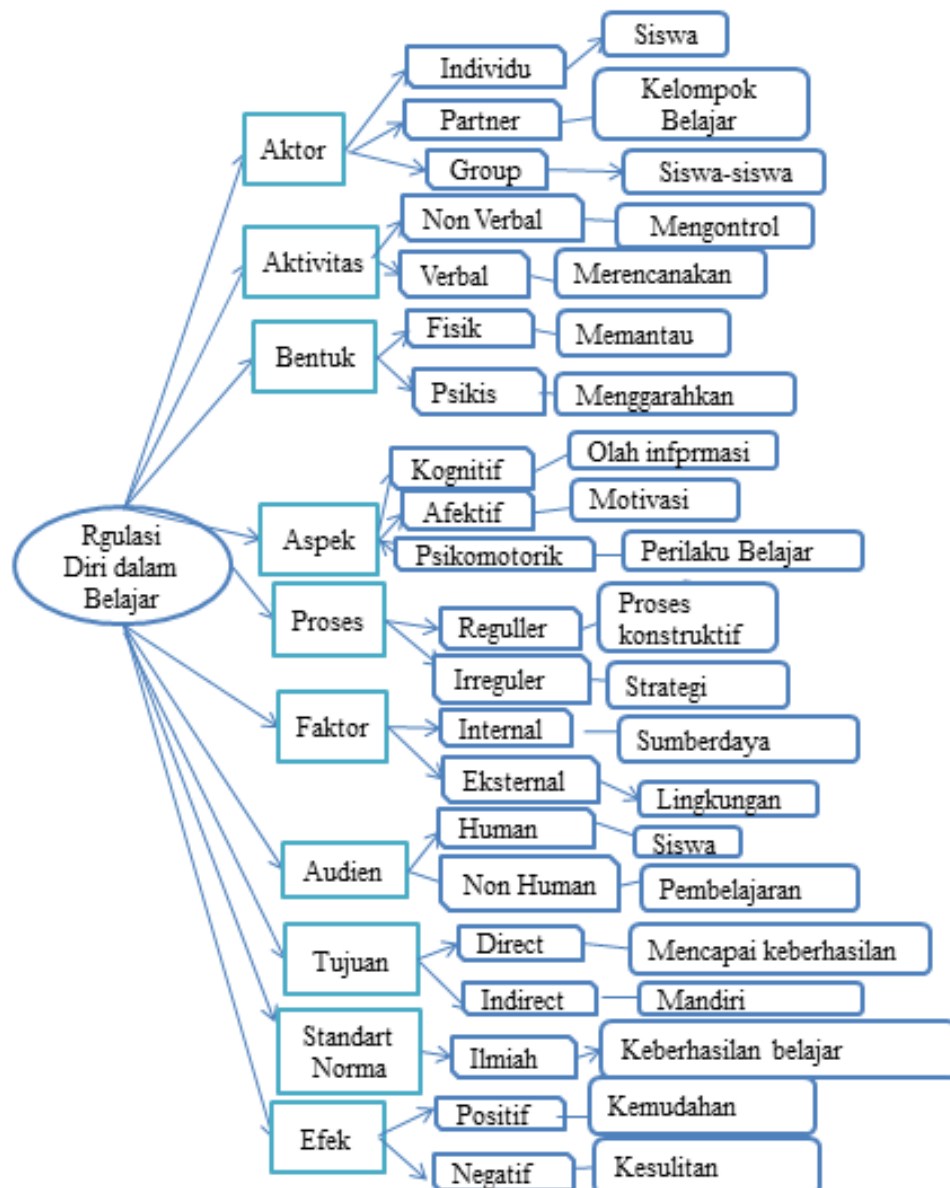


3) Analisis Komponen Teks Psikologi Regulasi Diri dalam Belajar

Tabel 2.4 Analisis Komponen

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu, personal	Pembelajar. Siswa. Pelajar
2.	Aktivitas	Verbal	Belajar . Mengatur. Membuat tujuan. Motivasi.
		Non Verbal	Mengontrol. Merencanakan.
3.	Bentuk	Fisik	Memantau. Mandiri.
		Psikis	Mengarahkan pada kemampuan. Pemberdayaan. Monitor.
4.	Aspek	Kognitif	Metakognitif. Kontrol kognitif. Mengolah informasi. Olah kognitif. Pengaturan diri.
		Affektif	Motivasi. Merencanakan.
		Psikomotorik	Perilaku belajar. Memantau. Mengendalikan diri.
5.	Proses	Planning, reguler	Proses belajar terus menerus. Pembelajaran. Proses konstruktif.
		Unplanning, irregular	Strategi.
6.	Faktor	Internal	Pengaturan kognisi. Sumber daya.
		Eksternal	Lingkungan.
7.	Audien	Human	Siswa. Orang lain.
		Non Human	Pembelajaran. Tindakan.
8.	Tujuan	Direct	Mencapai keberhasilan, Memperbaiki strategi.
		Indirect	Mandiri
9.	Standart Norma	Ilmiah	Keberhasilan belajar.
10.	Efek	Positif (+)	Belajar menjadi lebih mudah. Optimal.

4) Peta Konsep Regulasi diri dalam Belajar



5) Rumusan Konsep Teks Psikologi Sebagai Simpulan

a) Secara General

Regulasi diri dalam belajar adalah siswa dengan memberdayakan sumberdaya dengan kemampuan metakognitif, motivasi serta perilaku belajar dalam pembelajaran dengan memantau serta merencanakan aktivitas yang mendekatkan pada tujuan dari belajar, sehingga sesuai dengan standart norma serta memperoleh efek yang baik.

b) Secara Partikural

Regulasi diri dalam belajar yaitu pemberdayaan atau pengaturan sumberdaya siswa yaitu metakognitif, olah kognitif, mengolah informasi, motivasi, serta perilaku berbentuk mengontrol, memantau, merencanakan dengan mengatur, memonitor, menetapkan tujuan, sehingga dapat melaksanakan aktivitas yang mampu mendekakan pada tujuan yang telah ditetapkan dalam pembelajaran, kemudian melaksanakan evaluasi pada keberhasilan diri selaku standart norma ilmiah dalam belajar untuk diperbaiki, dengan maksud efek yang baik yaitu mengoptimalkan proses pembelajaran dan menghindari kesulitan dalam menggapai keberhasilan.

b. Telaah Teks Alqu'an

1) Sampel Teks Al-Qur'an

Regulasi diri dalam belajar adalah pengaturan diri yang dilakukan secara mandiri dalam menyusun rencana atau strategi yang

digunakan dalam aktivitas belajar . Dalam menuntut ilmu atau berhasil dalam pembelajaran kita harus memiliki regulasi diri yang baik. Sesuai dengan firman Allah SWT dalam Al-Quran surat Al-Hasyr ayat 18 yang menjelaskan tentang regulasi diri, sebagaimana berikut:

بِمَا خَبِيرُ اللَّهُ إِنَّ َ اللَّهُ اتَّقُوا َ لِعَدِّ قَدَمَتْ مَا نَفْسٌ وَلْتَنْتَظِرُ اللَّهُ اتَّقُوا ءَامَنُوا الَّذِينَ هَالِيَاءِ
تَعْمَلُونَ

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan mendukunglah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sebenarnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.*(Q.S Al Hasyr : 18)

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ
مِنْ وَالٍ

Artinya: *Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.*(QS. Ar-Ra'd Ayat 11)

Rasulullah SAW bahkan pernah bersabda:

من عرف نفسه، فقد عرف ربه

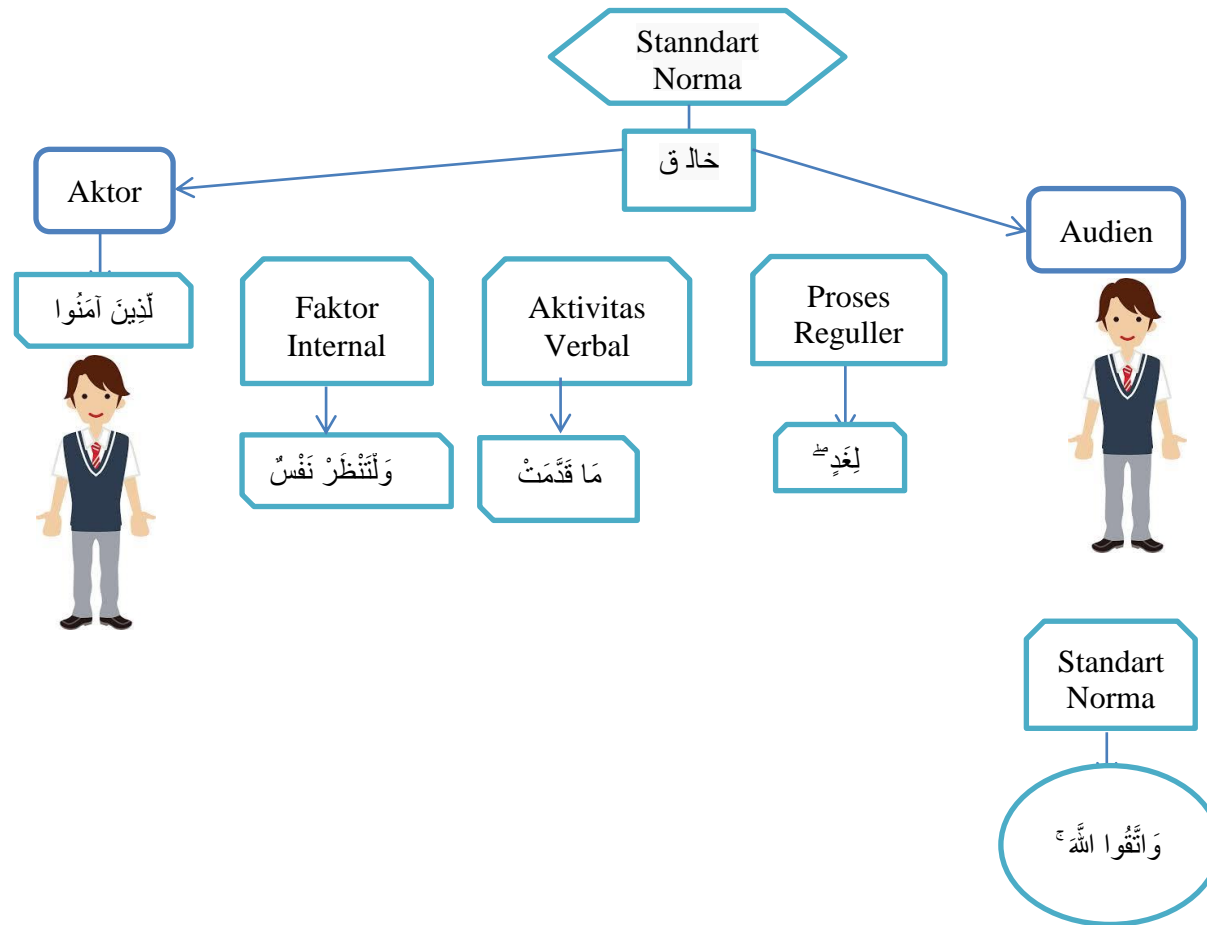
“Barangsiapa mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya.”

2) Analisis makna mufrodat surah Ar-Ra'd Ayat 11

Tabel 2.5 Analisis Mufrodat

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna Psikologi
1.	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا	Hai orang-orang yang beriman	مؤمنون	مشركون	Aktor, Subjek.
2.	اتَّقُوا اللَّهَ	Bertakwalah kepada Allah	طاعة	العاصي	anjuran, perintah patuh,
3.	وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ	dan hendaklah setiap diri memperhatikan	تأمل	تجاهل	self regulated fokus, rencana,
4.	مَا قَدَّمْتُ	apa yang telah diperbuatnya	فعلت	تفعل	Respon, hasil, reaksi.
5.	لِغَدٍ	untuk hari esok (akhirat)	مستقبل	ماضي	Masa depan, time, future
6.	وَاتَّقُوا اللَّهَ	dan bertakwalah kepada Allah	طاعة	العاصي	anjuran, perintah patuh,
7.	إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ	sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan	خالق	مخلوق	Norma.

3) Pola Teks Alquran Tentang Regulasi Diri dalam Belajar

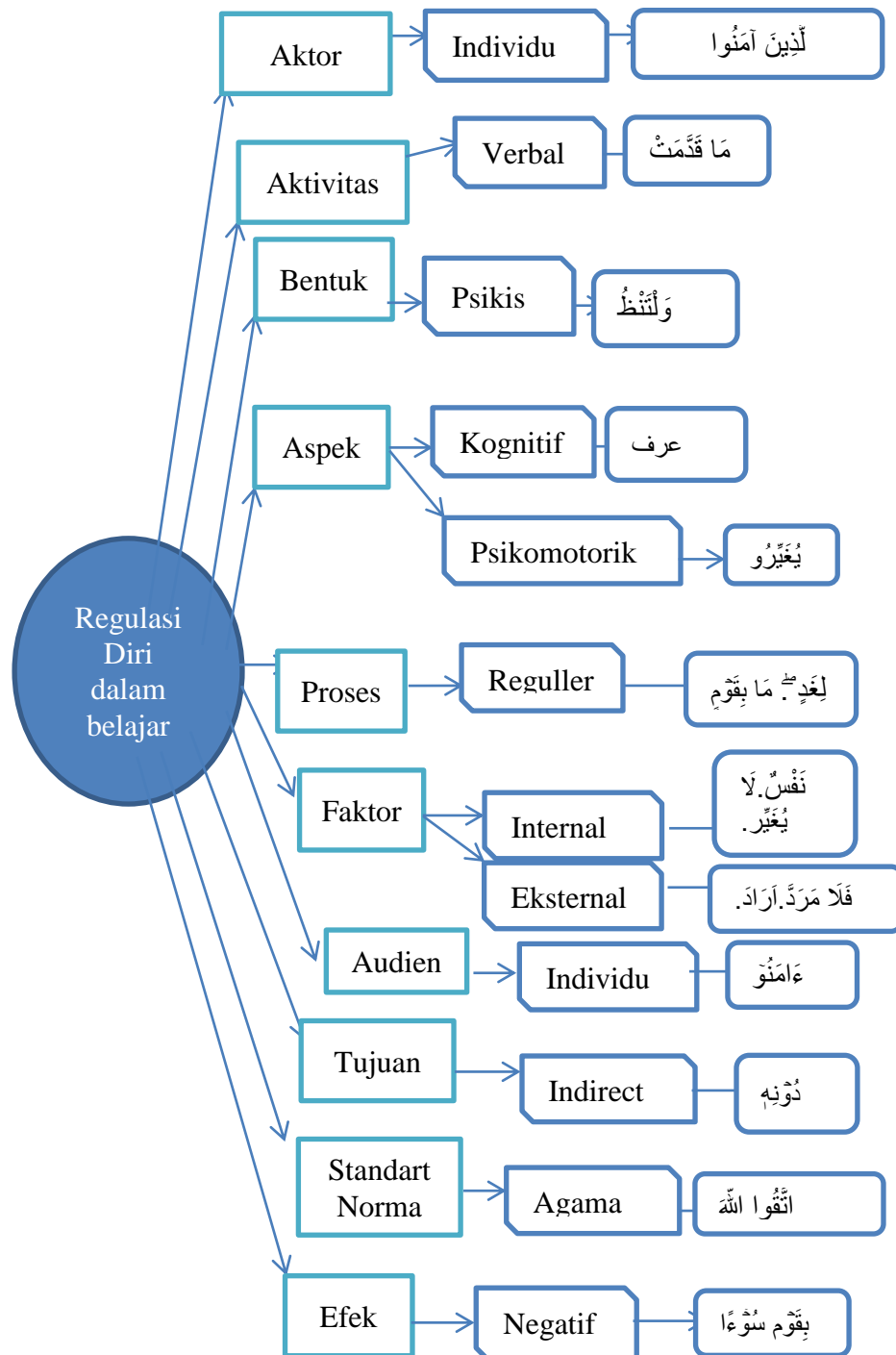


4) Analisis Komponen Teks Al quran Regulasi diri dalam Belajar

Tabel 2.6 Analisis Komponen Alquran

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu, personal	الَّذِينَ آمَنُوا
2.	Aktivitas	Verbal	مَا قَدَّمْتُ
3.	Bentuk	Psikis	وَلْتَنْتَظِرْ
4.	Aspek	Kognitif	عرف
		Psikomotorik	يُغَيِّرُو
5.	Proses	Planning, reguler	لِعَدِّ ط مَا يَقُومِ
6.	Faktor	Internal	نَفْسٌ لَا يُغَيِّرُ. نفسه
		Eksternal	فَلَا مَرَدَّ. أَرَادَ.
7.	Audien	Individu, personal	ءَامَنُوا
8.	Tujuan	Indirect	دُونِهِ
9.	Standart Norma	Agama	اتَّقُوا اللَّهَ
10.	Efek	Negatif (-)	يَقُومُ سُوءًا

5) Peta Konsep Teks Alquran Regulasi diri dalam Belajar



6) Rumusan Konseptual

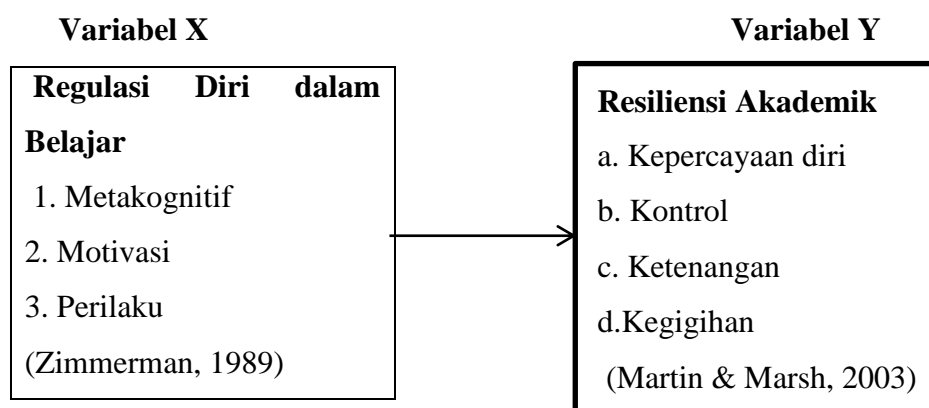
a) Secara Global

Regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu (نَفْسُ) dalam perencanaan (لَتَنْظُرُ) seperti dalam belajar (مَا قَدَّمْتُ) untuk masa depan (لِغَدٍ) untuk mencapai cita cita (وَاتَّقُوا اللَّهَ).

b) Secara Partikular

Regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan individu (نَفْسُ) untuk mengatur diri (لَتَنْظُرُ) dan apa yang diperbuat seperti belajar (مَا قَدَّمْتُ) atau aktivitas dalam proses belajar dengan mengevaluasi (عَرَفَ), memperbaiki (يُغَيِّرُو) keadaan (أَرَادَ), untuk memperoleh hasil yang optimal (لِغَدٍ) di masa yang akan datang (وَاتَّقُوا اللَّهَ).

E. Kerangka Pemikiran



F. Hipotesis

Ha : Terdapat hubungan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Syahrum & Salim (2012: 161) mengibaratkan rancangan penelitian sebagai sebuah jalan untuk tercapainya sebuah kesimpulan. Rancangan penelitian adalah strategi secara keseluruhan meliputi sesuatu hal yang direncanakan untuk pembuatan hipotesa, pelaksanaan hingga hasil dari analisa data kemudian diperoleh sebuah kesimpulan dan memberi saran (Arikunto, 2015: 37). Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian empiris yang datanya berupa angka (Syahrums & Salim, 2012: 40). Menurut Mulyadi (2011: 27) menjelaskan penelitian kuantitatif adalah jenis pendekatan yang menggambarkan positifisme.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Menurut Arikunto (2011: 4) menyatakan bahwa kuantitatif korelasional bertujuan untuk mencari tahu tingkat hubungan antar variable, tanpa merubah, menambah atau memanipulasi data penelitian. Penelitian dengan analisis korelasional berupaya agar mengetahui pengaruh maupun hubungan antara dua variable atau lebih (Muhson, 2006: 2). Informasi yang diperoleh dari penelitian ini adalah tingkat hubungan diantara variable, bukan terkait pengaruh antar variable. Pada penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi tingkat hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang.

Rancangan penelitian ini mencakup dua variabel, yakni regulasi diri dalam belajar selaku variabel bebas dan resiliensi akademik sabagai variabel terikat.

Gambar 3.1 Rancangan Penelitian



B. Identifikasi Variabel

Menurut Effendi (1989: 42 dalam Nasution,2017) variabel adalah konsep yang mengandung variasi nilai. Variabel bebas atau *independent variable* ialah suatu variabel muncul terlebih dahulu dari variabel terikat. Variabel terikat atau *dependent variable* diartikan variabel yang dipengaruhi variabel bebas. (Priyono, 2008: 58).

1. Variabel(X) : Regulasi diri dalam belajar.
2. Variabel (Y) : Resiliensi akademik.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi yang berdasarkan pada sifat atau karakteristik variabel yang akan diteliti (Syahrums & Salim, 2012: 108). Definisi operasional merupakan pemberian batasan pada variabel yang diamati oleh peneliti agar pengukuran variabel dapat dilakukan (Syahrums & Salim, 2012: 109). Pada definisi operasional dilakukan pemerosesan ulang definisi konseptual dengan mengacu pada kriteria hipotetis untuk dijadikan definisi operasional (Azwar, 2015: 74). Peneliti menjelaskan definisi operasional dari

resiliensi akademik dan regulasi diri dalam belajar sebagai berikut :

1. Resiliensi akademik:

Resiliensi akademik adalah pemberdayaan kemampuan siswa kelas XII SMA Negeri 9 Malang dalam beradaptasi serta merespon dengan sehat dan berupaya tetap berhasil menghadapi tuntutan akademik yang menekan seperti serangkaian ujian dengan tantangan metode daring dapat dilihat melalui kontrol, kepercayaan diri, komitmen, dan ketenangan.

2. Regulasi Diri dalam Belajar

Regulasi diri dalam belajar yaitu kemampuan pengaturan diri oleh siswa kelas XII SMA Negeri 9 Malang dalam pembelajaran secara aktif dengan melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku.

D. Strategi Penelitian

1. Penentuan Populasi Penelitian

Populasi merupakan sekelompok subjek untuk dijadikan generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2014 :77). Menurut Syahrur & Salim (2012: 113) mendefinisikan populasi sebagai keseluruhan objek yang akan/ingin diteliti. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang memiliki kualitas serta karakteristik sehingga dapat dipelajari dan disimpulkan oleh peneliti (Sugiono, 2016: 117). Adapun populasi pada penelitian ialah siswa kelas XII program akselerasi di SMAN 9 Malang dengan jumlah 65 siswa.

Karakteristik subjek pada penelitian ini:

- a. Siswa aktif kelas XII SMA Negeri 9 Malang

- b. Siswa program kelas akselerasi
- c. Siswa dengan metode pembelajaran jarak jauh (PJJ)

Tabel: 3.1 Penentuan Populasi

No.	Kelas	L	P	Jumlah
1.	XII IPA 7	10	25	35
2.	XII IPS 4	4	26	30
Total:		14	51	65

2. Penentuan Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk menjadi objek penelitian, sampel dalam bahasa hafiah memiliki arti contoh (Syahrums & Salim, 2012: 113). Azwar (2011: 79) menyatakan pemilihan sampel harus dengan karakteristik sama dengan populasi, dengan tujuan penggunaan kesimpulan dapat di generalisasikan pada populasi. Sugiyono (2016: 118) menjelaskan pemilihan jumlah sampel harus sesuai agar mampu mewakili populasi dengan tepat, sehingga perbandingan sampel dengan populasi yang semakin besar maka mengecilkan peluang, error.

Populasi dengan jumlah <100 responden, penentuan jumlah sampel dipilih secara menyeluruh dari jumlah populasi. Populasi dengan jumlah >100, penentuan jumlah sampel dipilih 20-25% atau 10-15%. Sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan keseluruhan siswa

program akselerasi kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yaitu 65 siswa.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah aneka cara yang diterapkan peneliti dengan tujuan untuk mendapatkan data (Barlian, 2016: 42). Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan kuisisioner. Angket atau *questionary* ialah suatu daftar pernyataan atau pernyataan terkait suatu topik yang diberikan kepada subjek, baik secara individual ataupun kelompok dengan tujuan untuk memperoleh informasi (Syahrums & Salim, 2012: 135). Kuisisioner berupa lembaran kertas dengan isi pertanyaan terstruktur baku (Priyono, 2008: 43).

Kuisisioner pada penelitian ini menggunakan teknik pengukuran skala lebih spesifiknya adalah skala likert. Skala merupakan ukuran-ukuran berjenjang jika diartikan dengan sederhana dan mudah. Arti dari skala likert yaitu skala yang bertujuan untuk mengukur opini, sikap, serta persepsi mengenai suatu peristiwa sosial oleh seseorang maupun kelompok dengan memberikan respon 5 titik pilihan pada setiap butir pernyataan skala (Herlina, 2019: 6). Jumlah alternatif dari jawaban yang digunakan pada penelitian ini adalah empat yaitu dari rentang sangat tidak setuju (STS) sampai sangat setuju (SS), karena dengan lima opsi pilihan akan memungkinkan responden menjawab pilihan yang ditengah karena dirasa jawaban yang mudah serta aman (Arikunto, 2010: 284).

Berikut panduan penilaian pada skala penelitian regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik:

Tabel 3.2 Panduan Penilaian

No.	Respon	Skor	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

1. Skala Resiliensi Akademik

Pengukuran resiliensi akademik dengan skala yang didasarkan pada aspek resiliensi akademik menurut Martin & Marsh (2003: 11).

Tabel 3.3 Blueprint Penelitian Resiliensi Akademik

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Kepercayaan diri	1. Mampu menghadapi ujian 2. Mampu menghadapi tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	Kontrol	1. Mampu mengontrol Stres	2	8	2
3	Ketenangan	1. Tidak larut dalam Keterpurukan	3	9	2
4	Ketekunan	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total					10

2. Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Pengukuran regulasi diri dalam belajar dengan skala yang disusun berdasarkan aspek dengan mengadaptasi indikator strategi regulasi diri dalam belajar menurut Zimmerman (1989).

Tabel 3.4 BluePrint Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Metakognitif	Mengubah materi belajar menjadi lebih mudah	19	25	2
	Perencanaan serta menetapkan tujuan belajar	6, 35	20,30	4
	Penetapan konsekuensi dalam belajar	4	10,16	3
	Mencatat hal penting	9, 34	22	3
Motivasi	Mencari informasi	27	12,31	3
	Evaluasi kinerja	24	7, 37	3
	Bertanya pada guru	32	13, 38	3
	Bertanyapada orang dewasa	2	40	2
	Bertanya pada teman	39	3, 14	3
	Mengulang dan menghafal	28	11, 18	3
Perilaku	Membaca Buku	1, 17	23	3
	Menelaah tes/tugas	21	33	2
	Mengulang catatan pribadi	29, 36	8	3
	Mengatur lingkungan belajar	5, 15	26	3
Total		19	21	40

F. Validitas dan Reliabilitas

Menurut (Syahrums & Salim, 2012: 150) sebelum menggunakan alat ukur maka pada penelitian yang sebenarnya perlu dilakukan *try out* kepada subjek yang relatif sama dengan penelitian yang sebenarnya.

1. Uji Validitas

Validitas berhubungan dengan keakuratan pemilihan indikator dalam menyampaikan makna konsep dari variable penelitian (Priyono, 2008: 86). Instrument yang dianggap valid ialah ketika dapat mengukur hal yang seharusnya diukur (Pujihastuti, 2010: 52). Validitas instrument mengacu pada sejauhmana skala mengukur dengan cermat saat mengukur sesuatu yang akan diukur (Yusup, 2018: 17). Validitas dalam skala bisa dinyatakan kebenarannya dalam beberapa bukti (Yusup, 2018: 18).

Penelitian ini menggunakan jenis validitas isi. Validitas isi menunjukkan suatu bukti bahwa elemen-elemen didalam alat ukur dan dilakukan proses pengujian analisis rasional. Proses pengujian tersebut dilakukan oleh ahli dengan *expert judgement* (Yusup: 2018: 18). Alat ukur dengan validitas isi yaitu ketika keseluruhan isi definisi dar variable terlibat dalam perangkat alat ukur (Priyono, 2008: 88). Validitas isi dinilai dengan pertimbangan secara konseptual, logis, serta dengan melibatkan dasar dari penalaran (Barlian, 2016: 77). Peneliti mengkonsultasikan instrument kepada ahli untuk memperoleh tingkat kesesuaian aitem terhadap indikator. Berikut tabel yang menerangkan panelis ahli sebagai penguji instrument:

Tabel 3.5 Daftar Panelis *Expert Judgement*

No	Nama Panelis	Bidang Keahlian
1	Dr. Rifa Hidayah M. Si	Psikologi Pendidikan
2	Selly Candra, M. Si	Psikologi Pendidikan
3	Novia Solichah, M. Psi	Psikologi Pendidikan

Validitas item instrumen dilakukan dengan tujuan mendapatkan informasi tentang dukungan item pada skor total dengan cara mengkorelasikan skor item dengan skor total (Novikasari, 2016: 7). Korelasi *product moment* (*pearson*) dapat digunakan sebagai uji validitas pada penelitian kuantitatif (Sarmanu, 2017: 9).

Pengujian dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment* dari (Arikunto, 2005: 170) dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi *product moment*

N= Jumlah responden

X= Skor item

Y= Skor total item

Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi 0,30 daya pembedanya dianggap memuaskan atau valid sedangkan aitem yang memiliki nilai kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya

diskriminasi rendah atau tidak valid (Azwar, 2015: 163). Jumlah anggota sampel yang digunakan dalam pengujian skala sekitar 30 orang (Sugiyono, 2013 : 125). Pada pengujian skala ini dilakukan kepada 34 orang dengan karakteristik serupa. Perhitungan validitas menggunakan bantuan *SPSS 16.0 for windows*. Berikut hasil uji validitas skala pada kedua variable:

a. Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Pengujian skala regulasi diri dalam belajar menunjukkan bahwa terdapat 9 aitem tidak valid dan 31 aitem valid dengan validitas aitem yang berada pada rentang angka 0,309-0,789. Sehingga aitem tidak valid atau dibawah 0.3 dinyatakan gugur.

Tabel 3.6 Uji Validitas Aitem Skala Regulasi Diri dalam Belajar

No	Aspek	Valid		Gugur		Jumlah Aitem Valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	Metakognitif	4, 6, 9, 19, 34, 35	10, 20, 22, 25	-	16, 30	11
2.	Motivasi	27, 28, 32, 39	11, 12, 13, 18, 31, 38	2, 24	3, 7, 14, 37, 40	10
3.	Perilaku	1, 5, 15, 17, 21, 29, 36	8, 23, 26, 33	-	-	11
Total						31

b. Skala Resiliensi Akademik

Pengujian skala resiliensi akademik menunjukkan bahwa tidak terdapat aitem yang gugur dengan validitas aitem yang berada pada rentang angka 0.510 – 0.883 sehingga menunjukkan semua aitem valid.

Tabel 3.7 Uji Validitas Aitem Skala Resiliensi Akademik

No	Aspek	Valid		Gugur		Jumlah Valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	Kepercayaan diri	1,4	7	-	-	3
2.	Kontrol	2	8	-	-	2
3.	Ketenangan	3	9	-	-	2
4.	Ketekunan	5,6	10	-	-	3
Total						10

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berhubungan dengan keterandalan sebuah indikator. Informasi yang diperoleh dinyatakan reliabel apabila hasil tidak berubah atau bersifat konsiten. Bila hasil tidak sama, maka alat ukur dinyatakan tidak reliabel (Priyono, 2008: 91). Instrumen yang berbentuk esai, angket atau kuisioner dapat menggunakan pengujian reliabilitas uji *Alpha Cronbach* (Yusup, 2018: 21).

Uji *Alpha Cronbach* memiliki ketentuan berdasarkan besarnya koefisien reliabilitas yang berkisar antara 0,00 sampai dengan 1,00. Uji *Alpha Cronbach* biasanya digunakan sebagai penduga dari reliabilitas konsistensi internal dari suatu skor tes untuk sampel (Azwar, 2014:182).

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

$$\alpha = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \alpha^2_b}{\alpha^2_t} \right)$$

Keterangan :

α = Reliabilitas

n = Banyaknya item

$\sum \alpha^2_b$ = Varians skor tiap-tiap item

α^2_t = Varians skor total

Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach	Keterangan
Regulasi Diri dalam Belajar	0. 902	Reliabel
Resiliensi Akademik	0. 836	Reliabel

Menurut Azwar (2009: 18) reliabilitas dinyatakan dalam koefisien α yang angkanya berada di rentang 0 sampai dengan 1,00 yang artinya semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 maka semakin tinggi reliabilitas dan sebaliknya semakin rendah koefisien yang mendekati 0 maka semakin rendah reliabilitasnya.

Tabel 3.9 Kriteria Koefisien Reliabilitas

Nilai	Keterangan
$r_{11} < 0.20$	Sangat Rendah
$0.20 \leq r_{11} < 0.40$	Rendah
$0.40 \leq r_{11} < 0.70$	Sedang
$0.70 \leq r_{11} < 0.90$	Tinggi
$0.90 \leq r_{11} < 1.00$	Sangat Tinggi

Sumber: Guilford (Ruseffendi, 2005: 160)

Data diatas menunjukkan bahwa hasil uji reliabilitas pada variable regulasi diri dalam belajar 0.836 berada pada tingkat tinggi dan resiliensi akademik 0.902 berada pada tingkat yang sangat tinggi.

G. Metode Analisis Data

Penelitian kuantitatif maupun kualitatif, analisis data dilakukan setelah proses entri data dalam bentuk tabel (Azwar, 2011:123). Menganalisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data, menyajikan data, dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah serta menjawab hipotesis (Sugiyono, 2016:207).

1. Uji Asumsi

Uji asumsi ini dilakukan untuk membuktikan bahwa sampel dan data penelitian terhindar dari terjadinya error (sampling error). Uji asumsi dalam penelitian ini adalah:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui masing-masing variabel mempunyai distribusi yang normal atau tidak.

Dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah *Kolmogorov-smirnov*. Hal ini dikarenakan jumlah responden yang digunakan lebih dari 50 orang. Pada uji normalitas ini, dapat dikatakan distribusi normal jika signifikan $p \geq 0,05$.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan prosedur yang digunakan untuk mengetahui dua variabel pada suatu data memiliki hubungan yang linear atau tidak. Dalam penelitian ini uji linearitas menggunakan bantuan SPSS yaitu dengan *test for linearity*. Suatu data dapat dikatakan linear apabila nilai signifikasi *deviation from linearity* $> 0,05$.

2. Analisis deskriptif

Deskripsi data yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi nilai minimal, nilai maksimal, mean, standar deviasi, kategori jenjang, dan prosentase. Mean diperoleh dengan menjumlahkan seluruh nilai dan membaginya dengan jumlah individu. Perhitungan mean dan standar deviasi dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak *Microsoft Office Excel 2010*.

a. Rumus mean hipotetik

Dalam penelitian ini, rumus mean hipotetik digunakan sebagai acuan untuk menentukan kategorisasi. Rumus mean hipotetik adalah:

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (i_{\text{max}} + i_{\text{min}}) \sum a_{\text{item}}$$

Keterangan :

Mean = Rerata hipotetik

i_{\max} = Skor maksimal aitem

i_{\min} = Skor minimal aitem

$\sum aitem$ = jumlah aitem yang diterima

b. Rumus standar deviasi

Jika nilai mean telah diketahui maka langkah selanjutnya adalah mencari nilai standar deviasi dengan rumus sebagai berikut :

$$SD = \frac{1}{6} (i_{\max} + i_{\min})$$

Keterangan =

SD = Standar Deviasi

i_{\max} = Skor maksimum subjek

i_{\min} = Skor minimum subjek

c. Kategorisasi

Kategorisasi jenjang ordinal bertujuan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut satu kontinum berdasarkan atribut yang diukur.

Kategorisasi atribut subjek dalam penelitian ini dibagi menjadi 3 , yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan rumus sebagai berikut.

Tabel 3.10 Kategorisasi

No	Kategori	Norma
1.	Tinggi	$X \geq M + 1 \text{ SD}$
2.	Sedang	$M - 1 \text{ SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
3.	Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$

3. Menganalisis korelasi

Uji korelasi dilakukan untuk melihat hubungan dari hasil pengukuran antara dua variabel yang diteliti, yaitu antara resiliensi akademik dan regulasi diri dalam belajar. Peneliti menggunakan teknik korelasi product moment dari Karl Pearson. minimum dan maksimum terlebih dahulu yaitu sebesar 5 dan 30.

Adapun kaidah korelasi product moment dari Karl Pearson adalah sebagai berikut.

- a. Jika nilai probabilitas 0.05 lebih kecil atau sama dengan nilai probabilitas sig ($0.05 < \text{sig}$), maka H_a ditolak.
- b. Jika nilai probabilitas 0.05 lebih besar atau sama dengan nilai probabilitas sig ($0.05 > \text{sig}$), maka H_a diterima.

Perhitungan untuk mengetahui arah dan besarnya koefisien korelasi variabel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak *SPSS for Windows versi 22*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang merupakan sekolah negeri yang berada di Kota Malang selaku kota pendidikan di Jl. Puncak Borobudur Kelurahan Mojolangu Kecamatan Lowokwaru Kotamadya Malang. Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang berdiri sejak awal bulan Mei pada tahun 1993 atas pengajuan dari Bapak M. Kamilun Muhtadin yang pada saat itu menjabat sebagai Sekolah Menengah Atas Negeri 7 Malang. Beliau mengurus pendirian Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang ke Kanwil Depdikbud Provinsi Jawa Timur sejak September 1992. Pada tahun ajaran pertama Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yakni 1993-1994 ditetapkan 12 orang guru untuk mengemban tugas mulia sebagai pendidik “perintis”, dengan jumlah pegawai PNS 2 orang. Awal agustus 1993 diajukan permohonan kepada Bapak Dirjen Dikdasmen Depdikbud RI, Bapak Prof. Dr. Arifin Ahmady yang merupakan mantan rektor Universitas Brawijaya tersebut untuk berkenan secara resmi mendeklarasikan Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Akhirnya disepakatilah tanggal baik yaitu 14 Agustus bertepatan dengan hari jadi Pramuka sebagai hari peresmian secara formal Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang.

Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang termasuk kedalam kategori sekolah terbaik di Malang dengan akreditasi A yang ditetapkan sejak tanggal 20 Oktober 2010. Metode pembelajaran yang digunakan saat ini adalah daring dan luring secara bergantian dengan mematuhi protokol kesehatan. Sekolah memberikan fasilitas belajar untuk menghadapi persoalan covid-19 ini dengan melakukan metode pembelajaran daring. Metode pembelajaran daring memanfaatkan youtube untuk materi video dari guru, *e front* atau *elearning* milik Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang, zoom meeting, serta *googleform*.

a. Visi Sekolah

Terwujudnya insan yang religius, berbudi pekerti, berkompeten, dan berbudaya lingkungan.

b. Misi Sekolah

- 1) Menanamkan nilai-nilai keimanan melalui pendidikan keagamaan dan pembiasaan sehari-hari
- 2) Menumbuhkan lingkungan belajar yang penuh toleransi keberagaman
- 3) Menciptakan suasana KBM yang kondusif dan edukatif berdasarkan IMTAQ dan IPTEK
- 4) Menggali dan mengembangkan segenap potensi diri baik diri, sosial, dan berperilaku mulia
- 5) Menciptakan suasana pergaulan yang saling menghormati antar warga sekolah

- 6) Menumbuhkan daya nalar dan kreatifitas positif di bidang sains, teknologi, serta karsa dan karya
- 7) Menanamkan dasar-dasar intelektualitas berbasis ke indonesia
- 8) Mengembangkan minat, bakat, dan potensi diri melalui kegiatan kurikuler dan ekstrakurikuler
- 9) Mengembangkan prestasi akademik dan non akademik di segala bidang melalui lomba-lomba dan kompetisi
- 10) Menanamkan nilai-nilai luhur bangsa dan berfalsafah kejujuran, kesantunan, kedermawanan dan gotong royong
- 11) Menumbuhkan lingkungan sekolah yang bersih, aman dan nyaman
- 12) Menumbuhkan budaya senyum, salam, sapa, sopan, dan santun

c. Tujuan

- 1) Membina berkembangnya akhlaq siswa
- 2) Mengembangkan kreativitas siswa
- 3) Meningkatkan prestasi siswa sesuai dengan potensi yang dimiliki
- 4) Siswa untuk dapat masuk PT yang diinginkan, baik di dalam maupun di luar negeri
- 5) Sarana belajar yang berbasis IT

d. Motto

- 1) Disiplin tanpa diawasi, bekerja / belajar tanpa disuruh
- 2) Ayo kerjo sing kepenak, ananging ojo sak kepenake dhewe.

2. Pelaksanaan Penelitian

Angket yang diberikan telah melalui proses uji coba kepada responden yang memiliki karakteristik serupa dengan subjek. Proses pengambilan data dilakukan sejak tanggal 15 – 17 Maret 2021 dengan menyebarkan angket secara online melalui *google form*. Angket disebarkan dengan melalui perizinan kepada wakil kepala sekolah bagian kurikulum, kemudian diarahkan untuk mengirimkan link *google form* pada ketua kelas XII IPA 7 serta XII IPS 4 yang merupakan kelas program akselerasi. Ketua kelas akan mengirimkan link *googleform* tersebut pada grup kelas dengan total siswa keseluruhan kedua kelas XII program akselerasi adalah 65 siswa.

Populasi dan sampel yang digunakan adalah siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yang berjumlah 65 orang. Tidak terdapat hambatan yang berarti dalam pengambilan data dikarenakan jangkauan yang mudah dengan bantuan teknologi dan tidak membutuhkan waktu yang lama sehingga penyebaran angket menjadi mudah.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak. Apabila analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi yakni data

terdistribusi normal. Apabila data terdistribusi normal maka metode yang digunakan adalah statistik non parametrik. Penghitungan uji normalitas dilakukan dengan bantuan *software SPSS 16.0 for windows* dengan metode *Kolmogorov Smirnov Test* karena responden berjumlah kurang dari 50 orang. Berikut tabel hasil uji normalitas:

Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		65
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.25687996
Most Extreme Differences	Absolute	.109
	Positive	.057
	Negative	-.109
Kolmogorov-Smirnov Z		.879
Asymp. Sig. (2-tailed)		.422
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data		

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut diperoleh hasil nilai Sig. (p) sebesar 0.422 sehingga sesuai dengan pengambilan keputusan sebelumnya yang menyatakan nilai Sig. (p) > 0.05 maka data tersebut dinyatakan normal. Dapat disimpulkan bahwa distribusi data kedua variable dinyatakan normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk membuktikan apakah dua variabel mempunyai hubungan linier atau tidak secara signifikan. Penghitungan uji linieritas digunakan sebagai prasyarat dalam uji korelasi atau regresi linier dengan syarat signifikansi kurang dari 0.05 dan *deviation from linearity* lebih dari 0.05 untuk dapat dinyatakan bahwa antar variabel terdapat hubungan yang linier. Hubungan yang linier memiliki arti bahwa kualitas data variabel tergantung akan meningkat atau menurun seiring perubahan yang terjadi pada variabel bebas secara linier. Peneliti menggunakan uji linieritas dengan bantuan *SPSS 16.0 for windows* dengan *test for linearity*, berikut hasil uji linieritas:

Tabel 4.2 Hasil Uji Linieritas

Variabel	<i>Deviation From Linearity</i>	Keterangan
X terhadap Y	0. 342	Linier

Dalam tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi dari uji linieritas sebesar $0.342 > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa variabel regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik memiliki hubungan yang linier.

2. Analisis deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui jawaban dari rumusan masalah sekaligus mencapai tujuan dari penelitian yang tertera bab pertama. Data pada analisis deskriptif ditampilkan dengan baik sehingga

memudahkan interpretasi. Laporan statistik deskriptif pada hasil penilaian skala berupa *means*, *standart deviation*, dan kategorisasi.

a. Tingkat Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang

Penelitian ini menggunakan skala regulasi diri dalam belajar berdasarkan aspek regulasi diri dalam belajar menurut Zimmerman (1989: 337). Skala regulasi diri dalam belajar bertujuan untuk mengukur tingkat regulasi diri dalam belajar pada siswa-siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Skala terdiri dari 31 item dengan skor nilai 1-4. Skor hipotetik tertinggi sebesar 124, skor terendah 31 serta mean hipotetik 77.5 dibulatkan menjadi 78. Berdasarkan hasil penelitian, skor empirik tertinggi sebesar 118, skor terendah 52 serta mean empirik 85.

Tabel 4.3 Skor Hipotetik dan Empirik Regulasi Diri dalam Belajar

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Max	Min	Mean	Std	Max	Min	Mean	Std
Regulsai Diri Belajar	124	31	77.5	15.5	118	52	85	11

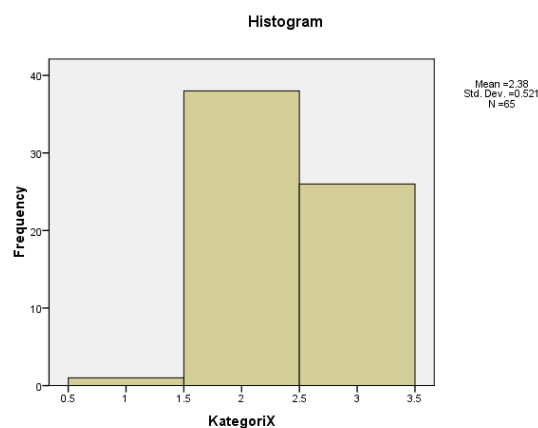
Kategorisasi tingkat regulasi diri dalam belajar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang sebagai berikut:

Tabel 4.4 Hasil Kategorisasi Data Regulasi Diri Dalam Belajar

Kategori	Range	F	Persentase
Rendah	$X < 62$	1	1.5%
Sedang	$62 \leq X < 93$	38	58.5%
Tinggi	$X \geq 93$	26	40 %

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa responden yang masuk dalam kategori rendah diperoleh persentase 1.5% dengan jumlah 1 siswa, kategori sedang diperoleh persentase 58.8% dengan jumlah 28 siswa, dan kategori tinggi dengan persentase 40% dengan jumlah 26 siswa. Berikut histogram yang menunjukkan kategori tingkat regulasi diri dalam belajar:

Gambar 4.1 Diagram Hasil Regulasi Diri dalam Belajar



Berdasarkan diagram di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat regulasi diri dalam belajar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang berada dalam kategori sedang yaitu 58.8% dengan jumlah 38 siswa.

b. Tingkat Resiliensi Akademik Siswa Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang

Penelitian ini, menggunakan skala resiliensi akademik berdasarkan aspek resiliensi akademik menurut Martin & Marsh (2003: 11) berjumlah

10 item dengan jawaban alternatif 1-4. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan resiliensi akademik oleh siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Skor hipotetik skala resiliensi akademik tertinggi senilai 40, skor terendah adalah 10, serta mean hipotetik senilai 25. Berdasarkan hasil penelitian, skor empirik memiliki nilai sebesar 38, skor terendah senilai 14 serta nilai mean empirik sebesar 26. Berikut tabel skor hipotetik dan empirik:

Tabel 4.5 Skor Hipotetik Resiliensi Akademik

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Max	Min	Mean	Std	Max	Min	Mean	Std
Resiliensi Akademik	40	10	25	5	38	14	26	4

Kategorisasi tingkat regulasi diri dalam belajar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dapat dijelaskan sebagai berikut:

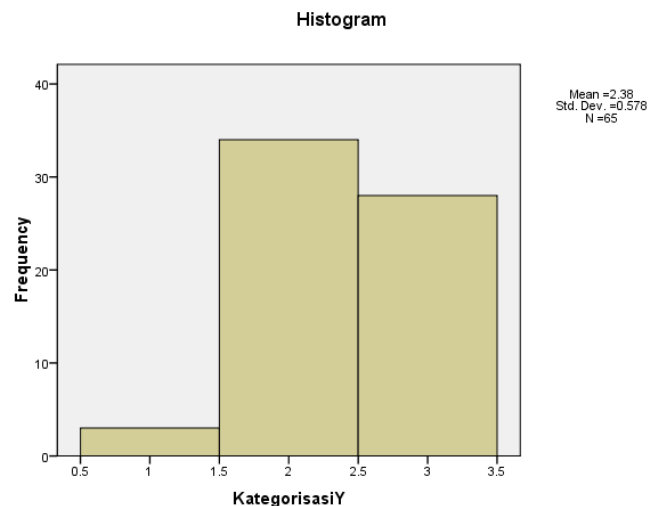
Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Resiliensi Akademik

Kategori	Range	F	Persentase
Rendah	$X < 20$	3	4.6%
Sedang	$20 \leq X < 30$	34	52.3%
Tinggi	$X \geq 30$	28	43.1%

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa responden yang termasuk dalam resiliensi akademik kategori rendah diperoleh persentase 4.6% dengan jumlah 3 siswa, kategori sedang diperoleh persentase 52.3% dengan jumlah 34 siswa, kategori tinggi diperoleh persentase 43.1%

dengan jumlah 28. Berikut diagram kategorisasi resiliensi akademik dapat dilihat pada tabel:

Gambar 4.2 Diagram Resiliensi Akademik



Berdasarkan diagram di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi akademik siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang berada dalam kategori sedang yaitu 52.3% dengan jumlah 34 siswa.

3. Uji Hipotesis Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik Siswa Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang.

Uji hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk memutuskan apakah hipotesis diterima atau tidak. Pengujian hipotesis dilakukan untuk membuktikan apakah terdapat hubungan yang signifikan atau tidak antara

variabel regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik. Uji hipotesis dilakukan dengan analisis korelasi *product moment* menggunakan bantuan *software SPSS 16.0 for windows*. Berikut hasil uji hipotesis pada penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi Product Moment

Hubungan Variabel	R	P	Kesimpulan
Regulasi Diri dalam Belajar- Resiliensi Akademik	0.798	0.000	Berkorelasi positif signifikan

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik nilai signifikansi (p) sebesar 0.000 ($p < 0.01$) dan hasil korelasi (r_s) sebesar 0.798 yang jika diinterpretasi menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang sangat kuat antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik. Korelasi koefisien (r_s) sebesar 0.798 maka diperoleh koefisien determinasi (r^2) sebesar 0.64. Koefisien determinasi menjelaskan bahwa variabel regulasi diri dalam belajar memiliki pengaruh sebesar 64% terhadap resiliensi akademik, sedangkan sebesar 36% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis adanya hubungan yang positif antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dinyatakan diterima.

Analisis aspek aspek regulasi diri dalam belajar meliputi aspek motivasi, metakognitif dan perilaku. Analisis aspek bertujuan untuk dapat

mengetahui besarnya kontribusi aspek aspek regulasi diri dalam belajar yang berhubungan dengan variabel resiliensi akademik. Hasil analisis dijelaskna pada tabel berikut:

Tabel 4.8 Hasil Analisis Aspek Regulasi Diri dalam Belajar Terhadap Resiliensi Akademik

Aspek	Nilai Korelasi
Metakognitif	0.733
Motivasi	0.743
Perilaku	0.760

Dari tabel diatas dapat diketahui hasil analisis aspek yang dilakukan melalui perhitungan korelasi masing masing aspek. Hasil diatas menunjukkan aspek perilaku memiliki nilai yang lebih besar daripada aspek lainnya dengan nilai 0.760 terhadap resiliensi akademik.

C. Pembahasan

Hasil penelitian yang dilaksanakan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel yaitu regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dengan koefisien kolerasi sebesar 0.798. Penelitian ini membuktikan adanya hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik.

1. Tingkat Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang

Siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yang sedang menjalasni proses pembelajaran dengan metode

daring sehingga membuat siswa belajar secara mandiri, dan memungkinkan siswa untuk belajar tidak sesuai dengan jadwal. Solusi untuk tetap disiplin dalam proses pembelajaran dengan memiliki kemampuan pengaturan diri dalam belajar atau regulasi diri dalam belajar. Cazan (2012: 413) menyatakan regulasi diri dalam belajar mengacu pada pembelajaran yang dipandu oleh metakognisi, strategi berupa tindakan (meliputi merencanakan, memantau, serta mengevaluasi kemajuan pribadi pada standart diri) serta motivasi untuk belajar. Regulasi diri dalam belajar yang baik apabila proses pembelajaran yang didasarkan pada keahlian siswa dalam penetapan tujuan akademik, pengendalian diri dalam berperilaku, serta memiliki motivasi (Pintrich: 1995).

Hasil analisa data menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang memiliki kemampuan regulasi diri dalam belajar pada kategori sedang berjumlah 28 siswa dengan prosentase 58.8%. Tingkat regulasi diri dalam belajar pada kategori tinggi berjumlah 26 siswa, dengan prosentase 40%, dan siswa yang memiliki tingkat regulasi rendah hanya terdapat satu orang dengan persentase sebesar 1.5%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan regulasi diri dalam belajar yang cukup, akan tetapi kategori sedang dapat dikatakan cukup buruk karena siswa belum sepenuhnya mampu meregulasi diri dalam belajar. Motivasi sebagai aspek yang memiliki pengaruh paling rendah dari regulasi diri dalam belajar mengindikasikan bahwa siswa kurang sempurna dalam mengevaluasi

kinerja, keyakinan diri dan pencarian sumber bantuan saat mengalami kesulitan.

Aspek perilaku dengan koefisien 0.942 merupakan aspek tertinggi yang berpengaruh pada regulasi diri dalam belajar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Zimmerman-Schank menyatakan bahwa perilaku sebagai upaya siswa dalam pengaturan diri, penentuan aktifitas, serta mengoptimalkan lingkungan untuk memudahkan aktivitasnya. Pintrich (2000) aspek perilaku meliputi mengatur waktu untuk belajar, kemampuan memonitor usaha, kebutuhan dalam belajar, perencanaan, dan perilaku yang memberikan manfaat selama proses pembelajaran. Perilaku pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yang meregulasi dirinya dalam belajar akan menunjukan upayanya berupa mengatur lingkungan fisik yang nyaman seperti menyiapkan alat tulis sebelum pembelajaran online dimulai, menjalankan rencana belajar seperti membaca buku pelajaran, menelaah tugas dan mengerjakan latihan ujian atau tes keperguruan tinggi, dan mengulang kembali catatan belajar.

Kemampuan regulasi diri dalam belajar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yang sedang menjalani metode pembelajaran daring tentu sangat dibutuhkan kemampuan meregulasi diri dalam belajarnya supaya proses belajar dapat berjalan maksimal dan mampu berhasil dalam melewati serangkaian ujian sekolah. Penggunaan waktu belajar secara mandiri harus diatur sebaik mungkin,

karena lingkungan belajar berbeda seperti saat dikelas. Siswa dengan regulasi diri dalam belajar yang baik mampu menciptakan lingkungan belajar yang dapat memudahkan proses belajar. Sejalan dengan Zhafira dkk (2020: 39) menjelaskan pentingnya kemampuan regulasi diri dalam belajar saat ditetapkannya metode daring seperti kemampuan proses berpikir, cara belajar, dan motivasi untuk mewujudkan tujuan.

Penelitian oleh Savira & Suharsono (2013: 68) menjelaskan siswa akselerasi kelas XII disalah satu Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Malang memerlukan regulasi diri dalam belajar sebagai solusi dari perasaan negatif seperti kelelahan pada jadwal belajar, penundaan tugas, kurang cukup waktu untuk mengvaluasi diri dan pengalihan kegiatan lain dengan alasan bosan belajar. Hasil penelitian manunjukkan presntase sebesar 45.8 % siswa memiliki kemampuan regulasi diri dalam belajar pada taraf tinggi, sedangkan pada taraf rendah sebesar 54.2% siswa. Siswa dengan kemampuan regulasi diri yang baik dapat melaukan perencanaan, pengaturan perilaku serta motivasi mencapai tujuan secara mandiri, sehingga cenderung tidak melakukan prokrastinasi akademik. Siswa akselerasi dapat menyelesaikan tugas dengan cara mengatur lingkungan belajar, menyeleksi kegiatan yang dapat mengoptimalkan kinerjanya. Apabila dihadapkan dengan kondisi yang menghambat maka siswa akan memanfaatkan lingkungan yang mendukung aktivitas belajarnya seperti mencatat materi belajar dari pada menghabiskan waktu untuk mengobrol.

2. Tingkat Resiliensi Akademik Siswa Kelas XII Program Akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang

Tantangan akademik yang sedang dihadapi oleh siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang diantaranya adalah persiapan mental maupun fisik dalam menghadapi ujian dan kegiatan pemilihan karir setelah lulus, waktu yang ditempuh yang singkat, serta metode pembelajaran daring. Siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang terutama program akselerasi harus memiliki kemampuan bertahan dari tantangan tersebut untuk tetap berhasil dan terhindar dari hal hal negatif, yang disebut dengan resiliensi akademik. Resiliensi akademik dapat diartikan sebuah resiliensi yang berfokus pada tantangan dan kesulitan pada setting akademik yang dinamis, sehingga hal inilah yang melatar belakangi adanya resiliensi akademik. Waxman, Gray & Pardon (2003:12) menjelaskan bahwa penggunaan resiliensi akademik menunjukkan pelajar yang dapat mempertahankan tingket pencapaian, kinerja yang tinggi, motivasi walaupun sedang dihadapkan dengan peristiwa tertekan dan situasi yang memicu stress dan beresiko untuk bertindak buruk disekolah dan terancam keluar dari sekolah.

Berdasarkan penelitian, tingkat resiliensi akademik siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang berada pada kategori sedang berjumlah 34 siswa dengan persentase sebesar 52.3%. Siswa dengan kategori tinggi berjumlah 28 siswa dengan

persentase 43.1%, dan berada di kategori rendah berjumlah 3 siswa dengan persentase 4.6%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki resiliensi akademik yang cukup, akan tetapi kategori sedang dapat dikatakan cukup buruk karena siswa belum sepenuhnya merasa yakin menghadapi kesulitan. Ketenangan sebagai aspek yang memiliki pengaruh paling rendah terhadap resiliensi akademik mengindikasikan bahwa siswa memiliki rasa gugup dan khawatir terhadap kemungkinan buruk dari keberhasilannya dalam ujian dan masuk perguruan tinggi dengan metode daring.

Aspek kegigihan atau ketekunan dengan koefisien sebesar 0.884 memiliki pengaruh yang paling besar pada resiliensi siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Aspek kegigihan atau komitmen sebagai aspek dari resiliensi akademik menurut Martin & Marsh yaitu kapasitas siswa ketika dihadapkan dengan kesulitan, tantangan serta masalah berusaha untuk memahami permasalahan tersebut dan mencari solusi atau jalan keluar dari situasi tersebut. Pintrich (2000) menjelaskan bahwa kegigihan merupakan kemampuan siswa untuk terus berupaya dalam mengatasi masalah akademik meski itu sulit. Siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yang memiliki karakter ini dapat dilihat dari semangat dan perasaan tidak putus asa ketika dihadapkan dengan kegagalan atau hal yang menghambat seperti terbatasnya pembelajaran tatap muka, berupaya untuk berhasil ketika dihadapkan dengan media

belajar online dan bertambahnya materi yang harus dikuasai, dan tetap berminat dan semangat untuk melakukan pembelajaran dengan metode online.

Resiliensi dibutuhkan oleh siswa kelas XII program akselerasi dalam menghadapi tantangan yaitu serangkaian ujian akhir, upaya untuk menyesuaikan dengan pembelajaran siswa program regular, dan terbatasnya metode belajar tatap muka dengan daring. Berdasarkan survey oleh wakil kepala sekolah kepada siswa program akselerasi menyebutkan mereka didominasi oleh perasaan bosan, dan tidak yakin pada kemampuan diri. Sesuai dengan penjelasan oleh Nay & Diah (2013: 710) resiliensi dibidang akademik perlu dimiliki oleh siswa program akselerasi dalam bertahan mengatasi stress, jenuh, dan tertekan sebab kurikulum yang terlalu banyak dan aktivitas belajar yang padat dalam waktu yang lebih singkat dari pada siswa lainnya, dan menyeimbangkan tugas perkembangan sosial remaja seperti bermain serta bersosialisasi.

Penelitian oleh Anggarini dkk (2017 :53) tentang resiliensi dibidang akademik pada siswa kelas XII Trawas menjelaskan dengan resiliensi maka cenderung dipengaruhi oleh keyakinan yang tinggi akan kemampuannya. Diperoleh hasil penelitian tingkat resiliensi menghadapi ujian oleh siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Trawas Mojokerto dominan berada pada tingkat sedang berjumlah 182 siswa dengan prosentase 43%. Siswa yang resilien ialah siswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri. Siswa yang resilien ialah

memiliki keyakinan pada diri sendiri yaitu, keyakinan mampu berprestasi dengan baik. Mereka senantiasa belajar dan berlatih soal-soal ujian serta rajin bertanya kepada guru tentang materi yang belum dimengerti. Terlebih semangat yang tentunya disertai keyakinan selalu dimunculkan oleh siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Trawas. Selain itu, memiliki pandangan masa depan yang cemerlang menjadi salah satu faktor pemicu resiliensi siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Trawas dalam menghadapi ujian apalagi mampu mengekspresikan keyakinan positif mencapai kesuksesan. Hal inilah kiranya yang membuat siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Trawas berjuang keras dalam menghadapi ujian.

3. Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Dengan Resiliensi Akademik

Berdasarkan hasil analisa korelasi *product moment* menunjukkan bahwa regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang memiliki nilai korelasi *pearson* (0.798) dengan sig (p) = (0.000) berarti $p < 0.01$. Penelitian ini menghasilkan adanya korelasi yang signifikan antar variabel regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Penelitian ini memiliki koefisien determinasi (R^2) dari $r = 0.798^2$ yakni 0.63 yang berarti sumbangan variabel regulasi diri dalam belajar terhadap resiliensi akademik pada

siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang sebesar 63%, dan sisanya sebesar 37% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Variabel lain yang memengaruhi resiliensi akademik yaitu konsep diri, harga diri, kemampuan kognitif individu, serta kompetensi sosial (Everall dkk, 2006) dukungan teman sebaya (Sari & Indrawati, 2016: 177) kecerdasan spiritual (Meiranti, 2020: 78) bersyukur (Utami, 2020: 17) dan *School Engagement, Locus of Control, Social Support* (Satyaningrum, 2019: 1).

Siswa yang tangguh dalam menghadapi tantangan padatnya kurikulum akan berusaha untuk menemukan solusi atau strategi dari kesulitan tersebut yaitu dengan pengaturan diri dalam belajar. Ketangguhan siswa akselerasi pada siswa kelas XII dipengaruhi oleh faktor lingkungan, seperti hubungan yang baik dan komunitas, keluarga dan teman, pengharapan tinggi dari lingkungan, dukungan sosial, interaksi sekolah, tingkat *support* pada segala yang diciptakan. Lingkungan yang tepat dengan siswa yang memiliki kelebihan ketika belajar di sekolah dengan suasana yang saling mendukung untuk aktif dan berprestasi dalam bidang akademik.

Kurikulum khusus siswa akselerasi berbeda dari siswa lainnya dengan waktu yang lebih singkat disesuaikan dengan standart kemampuan siswa berbakat. Terdapat tujuan belajar pada siswa kelas XII akselerasi yang ditetapkan pada setiap pertemuan belajar. Tujuan yang ditetapkan pada setiap pembelajaran akan dapat terwujud apabila siswa melakukan

pengaturan pada pembelajaran efektif sehingga tercipta keberhasilan atau kesuksesan dari studi pelajaran tersebut. Selain tujuan yang sesuai dengan kurikulum, siswa akselerasi juga harus menetapkan tujuan belajar mandiri yang jelas sehingga memudahkan tercapainya keberhasilan akademik dan mampu menentukan kegiatan mana yang akan diprioritaskan untuk dikerjakan.

Ketangguhan siswa akselerasi ditunjukkan bahwa mereka memiliki kegigihan yang kuat seperti tidak mudah putus asa dengan metode daring yang diterapkan meski mereka juga sering mengeluh dan tetap berupaya dalam menghadapi rangkaian ujian dan latihan lainnya. Upaya dalam mengatasi tantangan akademik tersebut dapat dipengaruhi dengan memiliki keterampilan menghafal pelajaran, mengatur lingkungan belajar dan mengaktualisasikan rencana kegiatan yang telah ditetapkan sebelumnya.

Siswa akselerasi mampu refleksi diri atau observasi diri sendiri, menganalisa kesulitan dan sumber masalah yang dihadapi seperti kesulitan menentukan jawaban dari materi tertentu. Mereka mengetahui dimana bantuan yang adaptif membantunya dalam menyelesaikan latihan tersebut baik dari internet, teman maupun guru yang ahli. Solusi dari kesulitan tersebut diterapkan dalam menyelesaikan latihan yang serupa, dan siswa harus mampu memonitori kemampuan baru tersebut dalam proses pembelajaran sampai dirasa mampu untuk menyelesaikan di ujian nanti. Pemantauan diri dalam penyelesaian latihan menunjukkan siswa dapat

mengontrol sehingga dapat dilakukan evaluasi diri dalam proses pembelajaran.

Siswa program akselerasi kelas XII yang memiliki kemampuan mengatur diri dalam belajar yang baik dalam aspek metakognitif seperti mampu merancang materi belajar untuk lebih mudah dipahami, mengatur kegiatan belajar seperti menjadwalkan materi yang akan dipelajari pada hari ini, merencanakan tujuan belajar seperti mampu memahami materi tertentu. Menurut Pattinama dkk (2019: 312) dengan kemampuan pengaturan diri dalam belajar akan dapat menentukan cara mengatasi masalah sebelum bertindak. Siswa akselerasi dengan jadwal kurikulum yang padat maka akan menyusun rancangan kegiatan pembelajaran, dan strategi pada setiap tujuannya. Hal ini menunjukkan siswa memiliki kendali atau kontrol pada sikap yang lebih positif seperti mampu mengenali tekanan sehingga dapat mencari jalan keluar yang efektif. Siswa mampu merencanakan cara mengatasi masalah dengan aktifitas dan tujuan belajarnya termasuk menentukan jalan keluar dari tantangan yang dihadapi.

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik dilakukan oleh Chasanah (2019) pada mahasiswa kuliah sore yang bekerja, regulasi diri dalam belajar yang paling menonjol adalah cara mahasiswa berupaya untuk menemukan bantuan sosial dalam bidang akademik. Selain itu mahasiswa juga merespon masalah akademik sebagai tantangan yang harus

dihadapi tanpa menghindarinya dengan keyakinan bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikannya. Hal ini juga sesuai dengan penelitian oleh Masrifah (2017) yang menyebutkan adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa multidisiplin. Hasil penelitian Pattynama dkk (2019: 307) menyatakan resiliensi dalam setting pendidikan merupakan variabel mediator antara regulasi diri dalam belajar dengan intensi mengundurkan diri atau kegagalan akademik. Abedi & Farahbakhsh (2014) menyatakan dalam penelitiannya bahwa regulasi diri dalam belajar berpengaruh pada ranah kognisi serta motivasi sehingga perilaku mampu memberikan dampak pada keterampilan anak didalam kelas yang mengarah pada setting belajar akademik kemudian mampu meningkatkan resiliensi akademik siswa.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa pada bab sebelumnya, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat regulasi diri dalam belajar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 58.8% berjumlah 28 siswa. Hal menunjukkan bahwa siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang cukup dapat mengatur dirinya sendiri dalam proses pembelajaran dengan metode daring seperti kondisi saat ini.
2. Tingkat resiliensi akademik siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 52.3% berjumlah 34 siswa, artinya siswa memiliki ketahanan yang baik dalam mengatasi tantangan akademik pada saat ini, namun menunjukkan kekhawatiran pada masa depan. Hal menunjukkan bahwa siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang cukup tangguh dalam menghadapi tantangan akademik seperti rangkaian ujian, persiapan diri keperguruan tinggi, waktu belajar terbatas serta metode belajar daring.
3. Nilai signifikansi (p) regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik sebesar 0.000 ($p < 0.01$) dan hasil korelasi (r_s) sebesar 0.798 menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang sangat kuat antara regulasi diri dalam

belajar dengan resiliensi akademik. Korelasi koefisien (r_s) sebesar 0.798 maka diperoleh koefisien determinasi (r^2) sebesar 0.64 menunjukkan regulasi diri dalam belajar memiliki pengaruh terhadap resiliensi akademik sebesar 64%. Adanya hubungan yang signifikan antara variabel regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang menunjukkan bahwa apabila regulasi diri dalam belajar tinggi, maka tingkat resiliensi akademik juga tinggi.

B. Saran

Berdasarkan pelaksanaan penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan berkenaan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. saran saran tersebut antara lain adalah:

1. Bagi Guru dan Staf Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang menyatakan bahwa siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang berada pada tiga kategori dengan urutan paling banyak adalah kategori sedang baik regulasi diri dalam belajar maupun resiliensi akademik. Diharapkan guru Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang mampu peduli, mengarahkan dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh siswa kelas XII akselerasi. Meningkatkan regulasi diri belajar dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan untuk membuat jadwal belajar efektif serta pelatihan , sedangkan untuk meningkatkan resiliensi akademik dilakukan dengan pelatihan untuk tetap tenang dalam menghadapi kesulitan ataupun ujian.

2. Bagi Siswa

Bagi siswa siswi khususnya kelas XII program akselerasi yang dominasi berada pada tingkat regulasi diri dalam belajar sedang atau cukup, diharapkan mampu meningkatkan potensi yang dimilikinya, seperti merencanakan tujuan belajar setiap harinya, mengulang materi pelajaran, mengatur waktu belajar dengan kegiatan lainnya, memilah kegiatan yang harus diprioritaskan, mengenali kesulitan yang dialami dan fokus pada cita cita yang akan dicapai. Bagi siswa yang memiliki tingkat regulasi diri dalam belajar tinggi diharapkan mampu untuk konsisten dalam menjalankan serangkaian aktivitas belajar sehingga kemampuan tersebut dapat bermanfaat saat menjalani pendidikan perguruan tinggi. Siswa dengan tingkat regulasi rendah yang hanya berjumlah satu orang diharapkan mampu untuk mencontoh langkah langkah yang dilakukan teman-teman lainnya dalam pembelajaran mandiri. Kemampuan mengatur diri yang dikembangkan dengan baik akan membuat siswa memiliki ketangguhan yang baik pula dalam menghadapi kesulitan akademik.

3. Bagi Peneliti Berikutnya

Bagi peneliti yang ingin meneliti hubungan regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pad kalangan pelajar, disarankan untuk lebih memperhatikan jumlah subjek, karakteristik siswa dengan tantangan akademik lainnya, seperti contoh kesulitan dalam bidang ekonomi atau akses belajar lainnya dan meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik seperti *social support*, bersyukur, *self esteem*, *school*

engagement. Selain itu penelitian dengan metode eksperimen dapat dilakukan dengan program pengembangan soft skill dengan konsep self atau psikologi positif lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfina, I. (2014). Hubungan Self Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pad Siswa Akselerasi. *Psikoborneo, Vol 2, No 1*, 60-66.
- American Psychological Association, Vandenboss, G. R. (2007). *APA Dictionary of Psychology*. California: American Psychological Association.
- Anggraini, S. (2019). *Hubungan Regulasi Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Peserta Didik Kelas X di MA Al-Hikmah Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019*. Bandar Lampung: UIN Raden Intan.
- Arikunto, S. (2011). *Penilaian dan Penelitian Bidang Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Aditya Media.
- Arikunto, S. (2015). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Artuch-Garde, R., González-Torres, M. D. C., de la Fuente, J., Vera, M. M., Fernández-Cabezas, M., & López-García, M. . (2017). Relationship between resilience and self-regulation: a study of Spanish youth at risk of social exclusion. *Frontiers in psycholog*, 612.
- Atmoko, Adi. & Hidayah, Nur. (2014). *Landasan Sosial Budaya dan Psikologi Pendidikan Terapannya di Kelas*. Malang: Gunung Samudera.
- Azwar, S. (2011). *Sikap dan Perilaku Dalam: Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Barlian, E. (2016). *Metodelogi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.
- Benard, B. (1991). Protective Factors in the Family, School, and Community. . *Portland OR: Western Center for Drug-Free Schools and Communities*. , 1-32.
- Boatman, M. (2014). *Academically Resilient Minority Doctoral Students Who Experienced Poverty and Parental Substance Abuse*. Washington: Walden University.
- Boekaerts, M. Zeidner, M. Pintrich, P. R. (1999). *Handbook of Self-Regulation* . Oxford: Academic Press.
- Cahyani, A., Listiana, I.D., Larasati, S.P.D.,. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid19. *IQ (Ilmu Al-qur'an):Jurnal Pendidikan Islam. Volume 3No.012020, p. 123-140.*, 139.

- Carver, C. S. & Scheier, M. F. (2000). *On the structure of behavioral self-regulation*. . Dalam M. Boekaerts, P. Dalam M. Boekaerts, R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation*. San Diego: Academic Press.
- Cassidy, Simon. (2015). Resilience building in students : the role of academic self-efficacy. *Psychology and Public Health, University of Salford, Salford, UK*, 1-14.
- Cazan, A. M. (2012). Enhancing Self Regulated Learning by Learning Journals. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 413-417.
- Charney, D. S. (2004). Psychobiological Mechanisms of Resilience and Vulnerability: Implications for Successful Adaptation to Extreme Stress. *American Journal of Psychiatry*, 161(2), 195–216. doi:10.1176/appi.ajp.161.2, 195.
- Chasanah, D. U. (2019). *Hubungan Antara Strategi Self Regulated Learning Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Kelas Sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang Bekerja*. Gresik: Universitas Muhammadiyah Gresik.
- Cheng, E. C. (2011). The Role of Self-regulated Learning in Enhancing Learning Performance. *The International Journal of Research and Review Volume 6 Issue 1*, 1-16.
- Connor, K.M., Davidson, J. R. T. (2003). Development Of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-). *Depression And Anxiety* , 76-82.
- Danial, Z.T., Badu, S.Q., & Ngiu, Z. (2018). Evaluasi Program Akselerasi Di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo. *Jurnal Pascasarjana*, 2(2), 342-348.
- Echols, J. & Shadily, H. (1976). *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Fitriyani, Y., Fauzi, I., Sari, M.Z., (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*. Juli 2020. Vol.6, No.2., 172.
- Geste, A. J. (2010). *Urban Elementary Teachers' Negotiation Of School Culture And The Fostering If Educational Resilience*. Charlotte: University Of North Carolina at Charlotte.
- Grotberg, E. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. *The International Resilience Project ISBN 90-6195-038-4*.
- Hartutri & Mangunsong, F. M. (2009). Pengaruh Faktor Faktor Protektif Internal dan Eksternal Pada Resiliensi Akademis Siswa Penerima Bantuan Khusus

- Murid Miskin (BKMM) di SMA Negeri Di Depok. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol VI, No. 2, ISSN. 0853-3098, 107-119.
- Hawadi & Akbar. (2004). *Akselerasi : A-Z program percepatan belajar dan anak berbakat intelektual*. Jakarta: Grasindo.
- Henderson, Nan. & Milstein, M. M. (2003). *Resilience in School*. California: Corwin Press, Inc.
- Herlina, V. (2019). *Panduan Praktis Mengolah data Kuisisioner Menggunakan SPSS*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Innana. (2018). Peran Pendidikan Dalam Membangun Karakter Bangsa Yang Bermoral. *Jekpend Jurnal Ekonomi dan Pendidikan Volume 1 Nomor 1*, 27-33.
- Jowkar, Bahram., Kojuri, Javad., Kohoulat, Naeimeh., Hayat, A. A. (2014). Academic Resilience in Education: The Role of Achievement Goal Orientation. *Journal of Advances In Medical Education & Professionalism*, Vol 2 No 1, 33-38.
- Kaplan, C.P., Turner, S., Norman, E., Stillson, K. (July 1996). Promoting Resilience Strategies: A Modified Consultation Model. *Social Work in Education Vol. 18, NO.3*, 158-168.
- Karimi, M., Abedi, A. & Farahbakhs, K. . (2014). The Effect of Self Regulatory Learning Strategies for the Academic Resiliency of Female High School Shahed Student in the City of Esfahan . *International Journal of Basic Sciences & Applied Research*, 83-89.
- Khatimah, H. (2015). Gambaran School Well-Being pada Peserta Didik Program Kelas Akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *PSIKOPEDAGOGIA Universitas Ahmad Dahlan Vol. 4, No.1*, 21.
- Kinantie, O.A., Hernawaty, T. & Hidayati, N.O. (2012). Gambaran Tingkat Stress Siswa SMAN 3 Bandung Kelas XII Menjelang Ujian Nasional. *Student e-Journal Vol. 1, No. 1*, 1-14.
- Mappiare, A. (2000). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Bina Usaha.
- Marat, S., Idulfilastri, R. T., Dewi, F. I. R. & Bahiyah, S. (2019). Perbedaan Faktor Risiko Resiliensi Pada Tingkat Siswa SMP, SMA dan Mahasiswa Politeknik (Studi Kasus Pada Sekolah di Jakarta, Jawa Tengah dan Jawa Timur). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni Vol. 3, No. 2*, 575-582.
- Martin, A. J. & Marsh, H. W. (2006). Academic Resilience and Its Psychological and Educational Correlates: A Construct Validity Approach. *Psychology in the Schools*, Vol. 43(3), 267-281.

- Martin, A. J. & Marsh, H. W. (2009). Academic Resilience And Academic Buoyancy: Multidimensi and Hierarchical Conceptual Framing of Causes, Correlates and Cognate Constructs. *Oxford Review of Education Vol. 35, No. 3*, 353-370.
- Martin, A.J & Marsh, H.W. (2003). *Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment*. Sydney Australia: Paper presented at NZARE AARE, Auckland, New Zealand.
- McEwen, K. (2011). *Building Resiliencen at Work*. Australia: Australian Academic Press.
- Megawanti, P., Megawati, E., Nurkhafifah, S. (2020). Persepsi Peserta Didik Terhadap PJJ Pada Masa Pandemi Covid 19. *Faktor Jurnal Ilmiah Kependidikan Vol. 7*, 76.
- Meilani. (2015). *Pengaruh Interaksi Guru dan Siswa dalam Pembelajaran dan Fasilitas Belajar terhadap Prestasi Belajar Ekonomi pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 3 Klaten Tahun Ajaran 2014-2015*. Universitas Muhammadiyah Surakarta, fakultas Keguruan dan Pendidikan. Surakarta: <http://eprints.ums.ac.id/>.
- Moeller, J., Bracket, M.A., Ivcevic, Z. & White, A.E. (2019). High school students' feelings: Discoveries from a large national survey and an experience sampling study. *Vol 66, 101301 doi: 10.1016/j.learninstruc*, 1-15.
- Mohan, V. & Verma, M. (2020). Self Regulated Learning Strategies in Relation To Academic Resilience. *Voice of Research / Volume 9 Issue 3*, 27-34.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditosono, S.R. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada Press.
- Muhson, A. (2006). Teknik Analisis Kuantitatif. *Universitas Yogyakarta*, 1-7.
- Mukhid, A. (2008). Strategi Self Regulated Learning. *Tadrîs. Volume 3. Nomor 2*, 222-239.
- Mulyadi, M. (2011). Penelitian Kunatitatif dan Kualitatif Serta Pemikiran Dasar Menggabungkannya. *Jurnal Studi Komunikasi dan Media Vol. 15 No. 1 (Januari-Juni 2011)*, 127.
- Mustofa, M.I., Chodzirin, M., Sayekti, L. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Walisongo Journal of Information Technology, Vol. 1 No. 2 (2019): 151-160*, 152.
- Mustofa, R. F., Nabilla, A., Suharsono. (2019). Correlation of Learning Motivation with Self Regulated Learning SMA Negeri 1 Tasikmalaya

City. *International Journal for Educational and Vocational Studies Vol. 1 No. 6*, 647-650.

- Naomi, M., Rangga, W. P. (2007). Pengaruh Motivasi Diri Terhadap Kinerja Belajar Mahasiswa Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Paramadina . *Abmas*, 79.
- Nasa'i, I. (2009). *Pengaruh Interaksi edukatif guru dengan Siswa terhadap Nilai Hasil Belajar Bahasa Arab Siswa di MTs Mamba'ul Khoirot Gempolpait Jombang*. Surabaya: Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Nasution, S. (2017). Variable Penelitian. *Program Studi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal (PGRA)*. ISSN: 2338-2163 - Vol. 05, No. 02 Juli-Desember 2017, 2.
- Novikasari, I. (2016). *Uji Validitas Instrumen*. Purwokerto: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.
- Nurbayani, S. (n.d.). Program Percepatan Kelas (Akselerasi) Bagi Siswa Yang Memiliki Kemampuan Unggul. 1-24.
- Nurfiani, H. (2015). *Survei Kemampuan Self Regulated Learning (SRL) Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Kalasan*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ormrod, J. (2009). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Jakarta: Erlangga.
- Oyoo, S. A., Mwaura, P. M. & Kinai, T. K. (2018). Academic Resilience as a Predictor of Academic Burnout among Form Four Students in Homa-Bay County, Kenya. *International Journal of Education and Research Vol. 6 No. 3*, 187-200.
- Pascoe, MC., Hetrick, SE. & Parker, AG. (2019). The Impact of Stress On Students in Secondary School and Higher Education. . *International Journal of Adolescence and Youth doi:10.1080/02673843.2019.1596823* , 1-9.
- Pattynama, P. C., Sahrani, R., Heng, P.H. (2019). Peran Regulasi Diri dalam Belajar dan Keterlibatan Akademik Terhadap Intensi Mengundurkan Diri dengan Resiliensi sebagai Mediator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Sen Vol. 3, No. 2*, 307-317.
- Pratiwi, D. I & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X". *Jurnal Psikologi Teori & Terapan, Vol.7, No.1* , 43-49.
- Priyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.

- Pujihastuti, I. (2010). Prinsip Penulisan Kuesioner Penelitian. *Jurnal Agribisnis dan Pengembangan Wilayah Vol. 2 No 1*, 43-56.
- Purba, G. A. (2013). *Resiliensi Akademik Pada Proses Pembelajaran Mahasiswa Tuna Netrea*. Sumatra: Universitas Sumatra Utara.
- Ramadhana, N. S. & Indarwati, E. (2019). Kecerdasan Adversitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Siswa SMP XJakarta Timur. *IKRAITH-HUMANIORA Vol 3 No 2* , 39-45.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Faktor: 7 Essencial Skill for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. . New York: Brodway Book.
- Rizkiyah, N. (2016). *Pengaruh Strategi Regulasi Diri Dalam Belajar dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa Siswi SMP Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi*. Malang: Skipsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Sandha, T., Hartati, S., & Fauziah, N. (2012). Hubungan Antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri Siswa Pada Tahun Pertama SMA Krista Mitra Semarang. *Jurnal Psikologi, Vol 1 No 1*, 47-82.
- Sari, P. K. P. & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas DIponegoro. *Jurnal Empati, Volume 5(2)*, 177-182.
- Sarmanu. (2017). *Dasar Metodologi Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan Statistika)*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Satyaninrum, I. (2014). Pengaruh School engagement, Locus of Control, dan Social Support Terhadap Resiliensi Akademik Remaja. *TAZKIYA Journal of Psychology Vol. 2 No. 1 April 2014*, 1-20.
- Setyanto, G. G. (2014). *Pengaruh Self-Regulated Learning dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabet.
- Sulistiana. (2018). Upaya Meningkatkan Resiliensi Siswa Kelas XII MIPA 2 Dalam Menentuka Study Lanjut Melalui Layanan Klasikal Berbasis Video Di SMA Negeri Kebomas. *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018 ISBN: 978-602-608*, 168.
- Syahrum & Salim. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media.

- Tang, X., & Wong, D. . (Doi: 10.10.16/j.jad.2018.11.043). Prevalence of Depressive Symptoms among Adolescents in Secondary School in Mainland China: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal Affective Disorders*.
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Vol 3 No 1*, 1-21.
- Waxman, H. C., Gray J.P., Padron Y.N. (2003). *Review of Research on Educational Resilience*. California: Center for Research on Education Diversity and Excellence.
- Wibowo, U. F. (2018). *Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Yusup, F. (2018). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan Vol. 7 No. 1*, 17-23.
- Zhafira, Hilmy, N., Ertika, Y., Chairiyaton. (2020). Persepsi Mahasiswa terhadap Perkuliahan Daring Sebagai Sarana Pembelajaran Selama Masa Karantina Covid 19. *Jurnal Bisnis dan Kajian Strategi Manajemen Volume 4 Nomor 1*, 2614-2147.
- Zimmerman, B. J & Martinez-Pons, M. (1986). Development of a Structured Interview for Assessing Student Use of Self-Regulated Learning Strategies. *American Educational Research Journal Winter 1986, 6, Vol. 23, No, 4*, 614-628.
- Zimmerman, B. J., & Martiner-Pons,M. (2001). Construct validation of strategy model of student self-regulated learning. *Journal of Educational Psychology*, 284-290.

LAMPIRAN


LAMPIRAN I

BUKTI KONSULTASI

Nama : Melifatun Nafila
 NIM : 17410125
 Dosen Pembimbing : Drs. Zainul Arifin, M.Ag
 Judul Penelitian : Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik Siswa Kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang

No	Waktu	Materi Konsultasi	Tanda Tangan
1.	30 Oktober 2020	Konsultasi Proposal Penelitian	1. 
2.	9 November 2020	Revisi Proposal Penelitian	2. 
3.	25 November 2020	Konsultasi BAB I	3. 
4.	4 Desember 2020	Revisi BAB I	4. 
5.	15 Desember 2020	Konsultasi Perspektif Islam	5. 
6.	28 Desember 2020	Revisi Perspektif Islam	6. 
7.	7 Januari 2021	Konsultasi Alat Ukur	7. 
8.	20 Januari 2021	Revisi Alat Ukur	8. 
9.	2 Februari 2021	Konsultasi BAB II & III	9. 
10.	17 Februari 2021	Revisi BAB II & III	10. 
11.	19 Maret 2021	Konsultasi BAB IV	11. 
12.	24 Maret	Konsultasi BAB IV & V	12. 
13.	2 April 2021	Revisi BAB IV & V	13. 
14.	9 April 2021	Revisi BAB IV & V	14. 
15.	15 April 2021	Revisi Abstrak	15. 

Malang, 15 April 2021


Drs. Zainul Arifin, M. Ag
 196506061994031003

LAMPIRAN II

SURAT IZIN

1. Surat Izin Observasi Dan Wawancara



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 926 /FPsi.1/PP.009/11/2020
Perihal : **IZIN OBSERVASI DAN WAWANCARA**

13 Nopember 2020

Kepada Yth.
Kepala SMAN 9 Malang
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan kesempatan kepada:

Nama / NIM	: MELIFATUN NAFILA / 17410125
Keperluan	: Observasi dan Wawancara
Tugas Matakuliah	: Skripsi
Dosen Pengampu	: Drs. Zainul Arifin, M.Ag.
Tempat	: SMAN 9 Malang

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

2. Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

No. : 927 /Fpsi.1/PP.009/11/2020
Perihal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

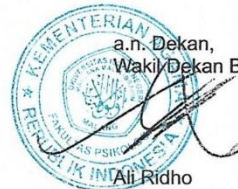
13 Nopember 2020

Kepada Yth.
Kepala SMAN 9 Malang
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM	: MELIFATUN NAFILA / 17410125
Tempat Penelitian	: SMAN 9 Malang
Judul Skripsi	: Hubungan Strategi Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XII SMAN 9 Malang
Dosen Pembimbing	: 1. Drs. Zainul Arifin, M.Ag. 2. Hilda Halida, M.Psi., Psikolog.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.



a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

Ali Ridho

Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

LAMPIRAN III

SKALA REGULASI DIRI DALAM BELAJAR

1. Skala Uji Coba Regulasi Diri dalam Belajar

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Ketika kelas berakhir, saya membaca kembali materi yang sudah diajarkan oleh guru.				
2.	Ketika kesulitan mengerjakan latihan soal, saya meminta bantuan pada kakak kelas.				
3.	Saya lebih suka membahas perkembangan media social dengan teman saya daripada materi pelajaran.				
4.	Saya suka memberi reward pada diri sendiri saat memperoleh nilai tinggi.				
5.	Mengerjakan latihan soal terasa lebih mudah saat saya mengerjakannya sendirian.				
6.	Saya menyiapkan peralatan belajar sebelum kelas online dimulai.				
7.	Ketika saya gagal dalam tes/ulangan, saya tidak mengevaluasi kembali jawaban saya.				
8.	Ketika hendak ujian, saya tidak mempelajari buku catatan saya.				
9.	Saya selalu mengingat deadline tugas atau tanggal ujian.				
10.	Ketika tidak belajar, saya yakin akan lulus ujian sekolah.				
11.	Saya tidak mengahfalkan materi yang sudah saya pelajari.				
12.	Saya tidak mencari kisi kisi ujian sekolah.				
13.	Saya malu apabila bertanya pada guru secara online terkait materi pelajaran.				
14.	Ketika saya tidak memahami pelajaran, saya malu meminta bantuan pada teman.				
15.	Saya merapikan tempat belajar saat dirumah, agar lebih nyaman.				
16.	Ketika saya gagal dalam ujian, saya tidak bersedih dan menghukum diri sendiri.				
17.	Saya membaca ulang materi, apabila esok hari ujian.				
18.	Saya sering lupa dalam mengingat materi pelajaran.				
19.	Saya menulis dengan baik materi yang diberikan oleh guru baik berupa video maupun teks.				
20.	Saya mengikuti kelas online hanya untuk absensi, dan tidak menyiapkan peralatan belajar.				
21.	Sebelum ujian dimulai saya membaca kembali latihan soal terdahulu				
22.	Saya mudah lupa saat mengingat materi pembelajaran baik berupa video maupun teks				

23.	Saya sudah jarang membaca buku catatan dan materi				
24.	Ketika saya berhasil dalam suatu hal, saya kembali memikirkan upaya upaya dalam keberhasilan tersebut.				
25.	Ketika malam hari saya lebih suka menghabiskan waktu dengan media social daripada menyusun materi belajar.				
26.	Saya mampu focus belajar dalam kondisi yang bising dan kotor.				
27.	Saya sering searching internet mengenai tips berhasil dalam ujian.				
28.	Setelah diberikan materi pelajaran, saya suka menghafalkan materi tersebut pada malam hari.				
29.	Saya menuliskan kembali materi yang berbentuk video maupun teks dan membacanya lagi				
30.	Pada pagi hari sebelum kelas online, saya sering lupa tidak mengisi daya hp.				
31.	Saya sering berinteraksi aktif dengan teman di media social dan jarang mencari materi pelajaran secara mandiri				
32.	Saya akan langsung bertanya kepada guru apabila materi pelajaran kurang jelas				
33.	Saya tidak suka mengumpulkan kertas atau hasil ulangan.				
34.	Saya suka menyimpan soal dan jawaban hasil ulangan.				
35.	Saya mencatat deadline ulangan dan merencanakan untuk belajar secara bertahap				
36.	Buku catatan saya sangat bagus dan saya senang membacanya				
37.	Saya tidak mengerti ketika saya gagal dalam ujian				
38.	Saya tidak suka dengan salah satu guru, sehingga membuat saya malas untuk menyimak pelajaran				
39.	Saya tidak sungkan untuk bertanya tentang latihan soal yang menyulitkan saya.				
40.	Ketika kesulitan dalam mengerjakan latihan soal saya tidak bertanya pada orang tua.				

2. Skala Penelitian Regulasi Diri dalam Belajar

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Ketika kelas berakhir, saya membaca kembali materi yang sudah diajarkan oleh guru.				
2.	Saya suka memberi reward pada diri sendiri saat memperoleh nilai tinggi.				
3.	Mengerjakan latihan soal terasa lebih mudah saat saya mengerjakannya sendirian.				
4.	Saya menyiapkan peralatan belajar sebelum kelas online dimulai.				
5.	Ketika hendak ujian, saya malas mempelajari buku catatan saya.				
6.	Saya suka mengingat deadline tugas atau tanggal ujian.				
7.	Ketika malas belajar, saya yakin akan lulus ujian sekolah.				
8.	Saya malas menghafalkan materi yang sudah saya pelajari.				
9.	Saya malas mencari kisi kisi ujian sekolah.				
10.	Saya malu apabila bertanya pada guru secara online terkait materi pelajaran.				
11.	Saya merapikan tempat belajar saat dirumah, agar lebih nyaman.				
12.	Saya membaca ulang materi, apabila esok hari ujian.				
13.	Saya lupa dalam mengingat materi pelajaran.				
14.	Saya menulis dengan baik materi yang diberikan oleh guru baik berupa video maupun teks.				
15.	Saya mengikuti kelas online hanya untuk absensi, dan malas menyiapkan peralatan belajar.				
16.	Sebelum ujian dimulai saya membaca kembali latihan soal terdahulu				
17.	Saya mudah lupa saat mengingat materi pembelajaran baik berupa video maupun teks				
18.	Saya sudah malas membaca buku catatan dan materi.				
19.	Ketika malam hari saya lebih suka menghabiskan waktu dengan media social daripada menyusun materi belajar.				
20.	Saya mampu focus belajar dalam kondisi yang bising dan kotor.				
21.	Saya searching internet mengenai tips berhasil dalam ujian.				
22.	Setelah diberikan materi pelajaran, saya suka menghafalkan materi tersebut pada malam hari.				
23.	Saya menuliskan kembali materi yang berbentuk video maupun teks dan membacanya lagi				
24.	Saya berinteraksi dengan teman di media social dan malas mencari materi pelajaran secara mandiri				

25.	Saya akan langsung bertanya kepada guru apabila materi pelajaran kurang jelas				
26.	Saya malas mengumpulkan kertas atau hasil ulangan.				
27.	Saya suka menyimpan soal dan jawaban hasil ulangan.				
28.	Saya mencatat deadline ulangan dan merencanakan untuk belajar secara bertahap				
29.	Buku catatan saya sangat bagus dan saya senang membacanya				
30.	Saya benci dengan salah satu guru, sehingga membuat saya malas untuk menyimak pelajaran				
31.	Saya berani untuk bertanya tentang latihan soal yang menyulitkan saya.				

LAMPIRAN IV

SKALA RESILIENSI AKADEMIK

1. Skala Uji Coba dan Penelitian Resiliensi Akademik

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online, tapi saya yakin mampu menghadapi ujian				
2.	Ketika saya mulai stress karna tugas, saya mampu mengatasinya dengan baik.				
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha untuk berhasil.				
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas tugas online yang diberikan.				
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap bersemangat.				
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.				
7.	Saya merasa ragu untuk berhasil menggunakan metode belajar secara online.				
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.				
9.	Saya merasa khawatir gagal melanjutkan ke perguruan tinggi pada tahun ini.				
10.	Saya cukup jenuh dan malas untuk belajar secara online.				

LAMPIRAN V

LEMBAR *EXPERT JUDGEMENT*

1. Lembar Penilaian Untuk Skala Penelitian Oleh Ahli Pertama

Nama Validator : Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si
 Tanggal penilaian : 28-01-2021
 Nama/NIM : Melifatun Nafila / 17410125
 Nama Pembimbing : Drs. Zainul Arifin, M.Ag

A. Judul penelitian

” hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 9 Malang”

B. Definisi Operasional

1. Regulasi Diri dalam Belajar (*Self-Regulated Learning*)

Regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan pengaturan diri oleh siswa dalam proses belajar secara aktif untuk mencapai tujuan akademik dengan melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku.

2. Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk beradaptasi dengan sehat dan berupaya untuk tetap berhasil dalam menghadapi tuntutan akademik yang menekan.

C. Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Aspek Regulasi Diri dalam Belajar oleh Zimmerman (1989)

1. Metakognitif adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya.
2. Motivasi adalah individu memiliki motivasi instrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.
3. Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya.

D. Skala Resiliensi Akademik

Aspek resiliensi akademik oleh Martin dan Marsh (2003:11) terdiri dari *confidence*, *control*, *composure*, dan *commitment* yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. *Confidence (self-belief)* adalah keyakinan siswa pada kemampuan yang dimiliki untuk mengerjakan tuntutan akademik dengan baik.

- b. *Control (a sense of control)* adalah kemampuan siswa mengendalikan berbagai dorongan yang muncul dari dalam diri individu.
- c. *Composure (low-anxiety)* adalah kemampuan mengontrol perasaan negatifnya, bekerja dengan tenang dan nyaman, dan tidak mudah terpengaruh oleh keadaan yang menekan.
- d. *Commitment (prersistence)* adalah kemampuan siswa untuk terus berusaha menyelesaikan jawaban atau untuk memahami sebuah masalah meskipun masalah tersebut sangat sulit dan penuh tantangan.

E. Petunjuk pengisian

1. Mohon Bapak/Ibu untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan berikan tanda silang (X) pada kolom penilaian dengan pendapat bapak/Ibu
3. Penilaian yakni:
 1= Relevan
 2= Kurang relevan
 3= Sangat Relevan

Blue Print Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Metakognitif	Mengubah materi belajar menjadi lebih mudah	19	25	2
	Perencanaan serta menetapkan tujuan belajar	6, 35	20,30	4
	Penetapan konsekuensi dalam belajar	4	10,16	3
	Mencatat hal penting	9, 34	22	3
Motivasi	Mencari informasi	27	12,31	3
	Evaluasi kinerja	24	7, 37	3
	Bertanya pada guru	32	13, 38	3
	Bertanyapada orang dewasa	2	40	2
	Bertanya pada teman	39	3, 14	3

	Mengulang dan menghafal	28	11, 18	3
Perilaku	Membaca Buku	1, 17	23	3
	Menelaah tes/tugas	21	33	2
	Mengulang catatan pribadi	29, 36	8	3
	Mengatur lingkungan belajar	5, 15	26	3
Total		19	21	40

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Ketika kelas berakhir, saya membaca kembali materi yang sudah diajarkan oleh guru.			✓	
2.	Ketika kesulitan mengerjakan latihan soal, saya meminta bantuan pada kakak kelas.			✓	
3.	Saya lebih suka membahas perkembangan media social dengan teman saya daripada materi pelajaran.			✓	
4.	Saya suka memberi reward pada diri sendiri saat memperoleh nilai tinggi.			✓	
5.	Mengerjakan latihan soal terasa lebih mudah saat saya mengerjakannya sendirian.			✓	
6.	Saya menyiapkan peralatan belajar sebelum kelas online dimulai.			✓	
7.	Ketika saya gagal dalam tes/ulangan, saya tidak mengevaluasi kembali jawaban saya.			✓	
8.	Ketika hendak ujian, saya tidak mempelari buku catatan saya.			✓	
9.	Saya selalu mengingat deadline tugas atau tanggal ujian.			✓	
10.	Ketika tidak belajar, saya yakin akan lulus ujian sekolah.			✓	
11.	Saya tidak menghafalkan materi yang sudah saya pelajari.			✓	
12.	Saya tidak mencari kisi kisi ujian sekolah.			✓	
13.	Saya malu apabila bertanya pada guru secara online terkait materi pelajaran.			✓	
14.	Ketika saya tidak memahami pelajaran, saya malu meminta bantuan pada teman.			✓	
15.	Saya merapikan tempat belajar saat dirumah, agar lebih nyaman.			✓	
16.	Ketika saya gagal dalam ujian, saya tidak bersedih dan menghukum diri sendiri.			✓	
17.	Saya membaca ulang materi, apabila esok hari ujian.			✓	

18.	Saya sering lupa dalam mengingat materi pelajaran.			✓	
19.	Saya menulis dengan baik materi yang diberikan oleh guru baik berupa video maupun teks.			✓	
20.	Saya mengikuti kelas online hanya untuk absensi, dan tidak menyiapkan peralatan belajar.			✓	
21.	Sebelum ujian dimulai saya membaca kembali latihan soal terdahulu			✓	
22.	Saya mudah lupa saat mengingat materi pembelajaran baik berupa video maupun teks			✓	
23.	Saya sudah jarang membaca buku catatan dan materi			✓	
24.	Ketika saya berhasil dalam suatu hal, saya kembali memikirkan upaya upaya dalam keberhasilan tersebut.			✓	
25.	Ketika malam hari saya lebih suka menghabiskan waktu dengan media social daripada menyusun materi belajar.			✓	
26.	Saya mampu focus belajar dalam kondisi yang bising dan kotor.			✓	
27.	Saya sering searching internet mengenai tips berhasil dalam ujian.			✓	
28.	Setelah diberikan materi pelajaran, saya suka menghafalkan materi tersebut pada malam hari.			✓	
29.	Saya menuliskan kembali materi yang berbentuk video maupun teks dan membacanya lagi			✓	
30.	Pada pagi hari sebelum kelas online, saya sering lupa tidak mengisi daya hp.			✓	
31.	Saya sering berinteraksi aktif dengan teman di media social dan jarang mencari materi pelajaran secara mandiri			✓	
32.	Saya akan langsung bertanya kepada guru apabila materi pelajaran kurang jelas			✓	
33.	Saya tidak suka mengumpulkan kertas atau hasil ulangan.			✓	
34.	Saya suka menyimpan soal dan jawaban hasil ulangan.			✓	
35.	Saya mencatat deadline ulangan dan merencanakan untuk belajar secara bertahap			✓	
36.	Buku catatan saya sangat bagus dan saya senang membacanya			✓	
37.	Saya tidak mengerti ketika saya gagal dalam ujian			✓	
38.	Saya tidak suka dengan salah satu guru, sehingga membuat saya malas untuk menyimak pelajaran			✓	
39.	Saya tidak sungkan untuk bertanya tentang latihan soal yang menyulitkan saya.			✓	
40.	Ketika kesulitan dalam mengerjakan latihan soal saya tidak bertanya pada orang tua.			✓	

Catatan :

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)
Skala sudah layak digunakan
2. Bahasa
Skala sudah layak digunakan
3. Jumlah Item
Skala sudah layak digunakan

Blueprint Penelitian Skala Resiliensi Akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Confidence (self-belief)</i>	1. Berhasil menjalani ujian 2. Menghadapi tekanan tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	<i>Control (a sense of control)</i>	1. Mampu mengontrol Stres	2	8	2
3	<i>Composure (low-anxiety)</i>	1. Tidak larut dalam keterpurukan	3	9	2
4	<i>Commitment (Persistence)</i>	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total			10		10

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online, tapi saya yakin mampu menghadapi ujian			✓	
2.	Ketika saya mulai stress karna tugas, saya mampu mengatasinya dengan baik.			✓	
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha			✓	

	untuk berhasil.				
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas tugas online yang diberikan.			✓	
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap tidak akan putus asa.			✓	
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.			✓	
7.	Saya merasa tidak yakin akan berhasil menggunakan metode belajar secara online.			✓	
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.			✓	
9.	Saya merasa khawatir tidak bisa melanjutkan ke perguruan tinggi pada tahun ini.			✓	
10.	Saya cukup jenuh dan tidak berminat untuk belajar secara online.			✓	

Catatan :

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)
Skala sudah layak digunakan
2. Bahasa
Skala sudah layak digunakan
3. Jumlah Item
Skala sudah layak digunakan

Malang,06-02-2021

Validator

Dr. Hj. Rifa Hidayah,M.Si

2. Lembar Penilaian Untuk Skala Penelitian Oleh Ahli Kedua

Nama Validator : Novia Solichah, M.Psi
 Tanggal penilaian : 08-02-2021
 Nama/NIM : Melifatun Nafila / 17410125
 Nama Pembimbing : Drs. Zainul Arifin, M.Ag

F. Judul penelitian

” hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 9 Malang”

G. Definisi Operasional

1. Regulasi Diri dalam Belajar (*Self-Regulated Learning*)

Regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan pengaturan diri oleh siswa dalam proses belajar secara aktif untuk mencapai tujuan akademik dengan melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku.

2. Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk beradaptasi dengan sehat dan berupaya untuk tetap berhasil dalam menghadapi tuntutan akademik yang menekan.

H. Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Aspek Regulasi Diri dalam Belajar oleh Zimmerman (1989)

1. Metakognitif adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya.
2. Motivasi adalah individu memiliki motivasi instrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.
3. Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya.

I. Skala Resiliensi Akademik

Aspek resiliensi akademik oleh Martin dan Marsh (2003:11) terdiri dari *confidence*, *control*, *composure*, dan *commitment* yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. *Confidence (self-belief)* adalah keyakinan siswa pada kemampuan yang dimiliki untuk mengerjakan tuntutan akademik dengan baik.

- b. *Control (a sense of control)* adalah kemampuan siswa mengendalikan berbagai dorongan yang muncul dari dalam diri individu.
- c. *Composure (low-anxiety)* adalah kemampuan mengontrol perasaan negatifnya, bekerja dengan tenang dan nyaman, dan tidak mudah terpengaruh oleh keadaan yang menekan.
- d. *Commitment (prersistence)* adalah kemampuan siswa untuk terus berusaha menyelesaikan jawaban atau untuk memahami sebuah masalah meskipun masalah tersebut sangat sulit dan penuh tantangan.

J. Petunjuk pengisian

1. Mohon Bapak/Ibu untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan berikan tanda silang (X) pada kolom penilaian dengan pendapat bapak/Ibu
3. Penilaian yakni:
 1= Relevan
 2= Kurang relevan
 3= Sangat Relevan

Blue Print Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Metakognitif	Mengubah materi belajar menjadi lebih mudah	19	25	2
	Perencanaan serta menetapkan tujuan belajar	6, 35	20,30	4
	Penetapan konsekuensi dalam belajar	4	10,16	3
	Mencatat hal penting	9, 34	22	3
Motivasi	Mencari informasi	27	12,31	3
	Evaluasi kinerja	24	7, 37	3
	Bertanya pada guru	32	13, 38	3
	Bertanyapada orang dewasa	2	40	2
	Bertanya pada teman	39	3, 14	3

	Mengulang dan menghafal	28	11, 18	3
Perilaku	Membaca Buku	1, 17	23	3
	Menelaah tes/tugas	21	33	2
	Mengulang catatan pribadi	29, 36	8	3
	Mengatur lingkungan belajar	5, 15	26	3
Total		19	21	40

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Ketika kelas berakhir, saya membaca kembali materi yang sudah diajarkan oleh guru.			√	
2.	Ketika kesulitan mengerjakan latihan soal, saya meminta bantuan pada kakak kelas.			√	
3.	Saya lebih suka membahas perkembangan media social dengan teman saya daripada materi pelajaran.			√	
4.	Saya suka memberi reward pada diri sendiri saat memperoleh nilai tinggi.			√	
5.	Mengerjakan latihan soal terasa lebih mudah saat saya mengerjakannya sendirian.			√	
6.	Saya menyiapkan peralatan belajar sebelum kelas online dimulai.			√	
7.	Ketika saya gagal dalam tes/ulangan, saya tidak mengevaluasi kembali jawaban saya.			√	
8.	Ketika hendak ujian, saya tidak mempelari buku catatan saya.			√	
9.	Saya selalu mengingat deadline tugas atau tanggal ujian.			√	
10.	Ketika tidak belajar, saya yakin akan lulus ujian sekolah.			√	
11.	Saya tidak mengahfalkan materi yang sudah saya pelajari.			√	
12.	Saya tidak mencari kisi kisi ujian sekolah.			√	
13.	Saya malu apabila bertanya pada guru secara online terkait materi pelajaran.			√	
14.	Ketika saya tidak memahami pelajaran, saya malu meminta bantuan pada teman.			√	
15.	Saya merapikan tempat belajar saat dirumah, agar lebih nyaman.			√	
16.	Ketika saya gagal dalam ujian, saya tidak bersedih dan menghukum diri sendiri.			√	
17.	Saya membaca ulang materi, apabila esok hari ujian.			√	

18.	Saya sering lupa dalam mengingat materi pelajaran.			√	
19.	Saya menulis dengan baik materi yang diberikan oleh guru baik berupa video maupun teks.			√	
20.	Saya mengikuti kelas online hanya untuk absensi, dan tidak menyiapkan peralatan belajar.			√	
21.	Sebelum ujian dimulai saya membaca kembali latihan soal terdahulu			√	
22.	Saya mudah lupa saat mengingat materi pembelajaran baik berupa video maupun teks			√	
23.	Saya sudah jarang membaca buku catatan dan materi			√	
24.	Ketika saya berhasil dalam suatu hal, saya kembali memikirkan upaya upaya dalam keberhasilan tersebut.			√	
25.	Ketika malam hari saya lebih suka menghabiskan waktu dengan media social daripada menyusun materi belajar.			√	
26.	Saya mampu focus belajar dalam kondisi yang bising dan kotor.			√	
27.	Saya sering searching internet mengenai tips berhasil dalam ujian.			√	
28.	Setelah diberikan materi pelajaran, saya suka menghafalkan materi tersebut pada malam hari.			√	
29.	Saya menuliskan kembali materi yang berbentuk video maupun teks dan membacanya lagi			√	
30.	Pada pagi hari sebelum kelas online, saya sering lupa tidak mengisi daya hp.			√	
31.	Saya sering berinteraksi aktif dengan teman di media social dan jarang mencari materi pelajaran secara mandiri			√	
32.	Saya akan langsung bertanya kepada guru apabila materi pelajaran kurang jelas			√	
33.	Saya tidak suka mengumpulkan kertas atau hasil ulangan.			√	
34.	Saya suka menyimpan soal dan jawaban hasil ulangan.			√	
35.	Saya mencatat deadline ulangan dan merencanakan untuk belajar secara bertahap			√	
36.	Buku catatan saya sangat bagus dan saya senang membacanya			√	
37.	Saya tidak mengerti ketika saya gagal dalam ujian			√	
38.	Saya tidak suka dengan salah satu guru, sehingga membuat saya malas untuk menyimak pelajaran			√	
39.	Saya tidak sungkan untuk bertanya tentang latihan soal yang menyulitkan saya.			√	

40.	Ketika kesulitan dalam mengerjakan latihan soal saya tidak bertanya pada orang tua.			√	
-----	---	--	--	---	--

Catatan :

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)
Sudah sesuai
2. Bahasa
Menggunakan bahasa yang baku dan sudah sesuai dengan kaidah bahasa indonesia
3. Jumlah Item
Cukup banyak

Blueprint Penelitian Skala Resiliensi Akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Confidence (self-belief)</i>	1. Berhasil menjalani ujian 2. Menghadapi tekanan tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	<i>Control (a sense of control)</i>	1. Mampu mengontrol Stres	2	8	2
3	<i>Composure (low-anxiety)</i>	1. Tidak larut dalam keterpurukan	3	9	2
4	<i>Commitment (Persistence)</i>	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total			10		10

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online,			√	

	tapi saya yakin mampu menghadapi ujian				
2.	Ketika saya mulai stress karna tugas, saya mampu mengatasinya dengan baik.			√	
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha untuk berhasil.			√	
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas tugas online yang diberikan.			√	
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap tidak akan putus asa.			√	
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.			√	
7.	Saya merasa tidak yakin akan berhasil menggunakan metode belajar secara online.			√	
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.			√	
9.	Saya merasa khawatir tidak bisa melanjutkan ke perguruan tinggi pada tahun ini.			√	
10.	Saya cukup jenuh dan tidak berminat untuk belajar secara online.			√	

Catatan :

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)
Sudah sesuai
2. Bahasa
Menggunakan bahasa yang baku dan sudah sesuai dengan kaidah bahasa indonesia
3. Jumlah Item
baik dan representatif

Malang,08-02-2021

Validator

Novia Solichah, M.Psi

3. Lembar Penilaian Untuk Skala Penelitian Oleh Ahli Ketiga

Nama Validator : Selly Candra Ayu, M. Si
 Tanggal penilaian : 08-02-2021
 Nama/NIM : Melifatun Nafila / 17410125
 Nama Pembimbing : Drs. Zainul Arifin, M. Ag

A. Judul penelitian

” hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Resiliensi Akademik pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 9 Malang”

B. Definisi Operasional

1. Regulasi Diri dalam Belajar (*Self-Regulated Learning*)

Regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan pengaturan diri oleh siswa dalam proses belajar secara aktif untuk mencapai tujuan akademik dengan melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku.

2. Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk beradaptasi dengan sehat dan berupaya untuk tetap berhasil dalam menghadapi tuntutan akademik yang menekan.

C. Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Aspek Regulasi Diri dalam Belajar oleh Zimmerman (1989)

1. Metakognitif adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya.
2. Motivasi adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.
3. Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya.

D. Skala Resiliensi Akademik

Aspek resiliensi akademik oleh Martin dan Marsh (2003:11) terdiri dari *confidence*, *control*, *composure*, dan *commitment* yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. *Confidence (self-belief)* adalah keyakinan siswa pada kemampuan yang dimiliki untuk mengerjakan tuntutan akademik dengan baik.
- b. *Control (a sense of control)* adalah kemampuan siswa mengendalikan berbagai dorongan yang muncul dari dalam diri individu.
- c. *Composure (low-anxiety)* adalah kemampuan mengontrol perasaan negatifnya, bekerja dengan tenang dan nyaman, dan tidak mudah terpengaruh oleh keadaan yang menekan.
- d. *Commitment (persistence)* adalah kemampuan siswa untuk terus berusaha menyelesaikan jawaban atau untuk memahami sebuah masalah meskipun masalah tersebut sangat sulit dan penuh tantangan.

E. Petunjuk pengisian

1. Mohon Bapak/Ibu untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan berikan tanda silang (X) pada kolom penilaian dengan pendapat bapak/Ibu
3. Penilaian yakni:
 1= Relevan
 2= Kurang relevan
 3= Sangat Relevan

Blue Print Skala Regulasi Diri dalam Belajar

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Metakognitif	Mengubah materi belajar menjadi lebih mudah	19	25	2
	Perencanaan serta menetapkan tujuan belajar	6, 35	20,30	4
	Penetapan konsekuensi dalam belajar	4	10,16	3
	Mencatat hal penting	9, 34	22	3
Motivasi	Mencari informasi	27	12,31	3
	Evaluasi kinerja	24	7, 37	3
	Bertanya pada guru	32	13, 38	3
	Bertanyapada orang dewasa	2	40	2
	Bertanya pada teman	39	3, 14	3
	Mengulang dan menghafal	28	11, 18	3
Perilaku	Membaca Buku	1, 17	23	3
	Menelaah tes/tugas	21	33	2
	Mengulang catatan pribadi	29, 36	8	3
	Mengatur lingkungan belajar	5, 15	26	3
Total		19	21	40

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Ketika kelas berakhir, saya membaca kembali materi yang sudah diajarkan oleh guru.			√	
2.	Ketika kesulitan mengerjakan latihan soal, saya meminta bantuan pada kakak kelas.			√	
3.	Saya lebih suka membahas perkembangan media			√	

	social dengan teman saya daripada materi pelajaran.				
4.	Saya suka memberi reward pada diri sendiri saat memperoleh nilai tinggi.			√	
5.	Mengerjakan latihan soal terasa lebih mudah saat saya mengerjakannya sendirian.			√	
6.	Saya menyiapkan peralatan belajar sebelum kelas online dimulai.			√	
7.	Ketika saya gagal dalam tes/ulangan, saya tidak mengevaluasi kembali jawaban saya.	√			Jangan gunakan kata “tidak” Contoh : Ketika saya ..., saya malas untuk belajar dan mengevaluasi jawaban....
8.	Ketika hendak ujian, saya tidak mempelari buku catatan saya.	√			
9.	Saya selalu mengingat deadline tugas atau tanggal ujian.	√			Jangan gunakan kata “selalu” Kata selalu bisa diganti dengan “suka”
10.	Ketika tidak belajar, saya yakin akan lulus ujian sekolah.	√			
11.	Saya tidak mengahfalkan materi yang sudah saya pelajari.	√			
12.	Saya tidak mencari kisi kisi ujian sekolah.	√			
13.	Saya malu apabila bertanya pada guru secara online terkait materi pelajaran.			√	
14.	Ketika saya tidak memahami pelajaran, saya malu meminta bantuan pada teman.	√			
15.	Saya merapikan tempat belajar saat dirumah, agar lebih nyaman.			√	
16.	Ketika saya gagal dalam ujian, saya tidak bersedih dan menghukum diri sendiri.	√			
17.	Saya membaca ulang materi, apabila esok hari ujian.			√	
18.	Saya sering lupa dalam mengingat materi pelajaran.	√			Jangan guakan kata “sering”

					Bisa langsung “saya lupa dalam ...”
19.	Saya menulis dengan baik materi yang diberikan oleh guru baik berupa video maupun teks.			√	
20.	Saya mengikuti kelas online hanya untuk absensi, dan tidak menyiapkan peralatan belajar.	√			
21.	Sebelum ujian dimulai saya membaca kembali latihan soal terdahulu			√	
22.	Saya mudah lupa saat mengingat materi pembelajaran baik berupa video maupun teks			√	
23.	Saya sudah jarang membaca buku catatan dan materi	√			Jangan menggunkaan kata jarang
24.	Ketika saya berhasil dalam suatu hal, saya kembali memikirkan upaya upaya dalam keberhasilan tersebut.			√	
25.	Ketika malam hari saya lebih suka menghabiskan waktu dengan media social daripada menyusun materi belajar.			√	
26.	Saya mampu focus belajar dalam kondisi yang bising dan kotor.			√	
27.	Saya sering searching internet mengenai tips berhasil dalam ujian.	√			
28.	Setelah diberikan materi pelajaran, saya suka menghafalkan materi tersebut pada malam hari.			√	
29.	Saya menuliskan kembali materi yang berbentuk video maupun teks dan membacanya lagi			√	
30.	Pada pagi hari sebelum kelas online, saya sering lupa tidak mengisi daya hp.	√			
31.	Saya sering berinteraksi aktif dengan teman di media social dan jarang mencari materi pelajaran secara mandiri	√			
32.	Saya akan langsung bertanya kepada guru apabila materi pelajaran kurang jelas			√	
33.	Saya tidak suka mengumpulkan kertas atau hasil ulangan.	√			
34.	Saya suka menyimpan soal dan jawaban hasil ulangan.			√	
35.	Saya mencatat deadline ulangan dan merencanakan untuk belajar secara bertahap			√	
36.	Buku catatan saya sangat bagus dan saya senang membacanya			√	
37.	Saya tidak mengerti ketika saya gagal dalam	√			

	ujian				
38.	Saya tidak suka dengan salah satu guru, sehingga membuat saya malas untuk menyimak pelajaran	√			
39.	Saya tidak sungkan untuk bertanya tentang latihan soal yang menyulitkan saya.	√			
40.	Ketika kesulitan dalam mengerjakan latihan soal saya tidak bertanya pada orang tua.	√			

Catatan :

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)
 - Dalam penulisan item jangan menggunakan kata (TIDAK, SELALU, SERING, JARANG, KADANG-KADANG_
 - Dalam penulisan item di UN gunakan kalimat positif
2. Bahasa
 - Ada beberapa item yg seharusnya dalam penulisan bahasa harus lebih di persingkat
3. Jumlah Item
 - Sudah sesuai dg jumlah indikator

Blueprint Penelitian Skala Resiliensi Akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Confidence (self-belief)</i>	1. Berhasil menjalani ujian 2. Menghadapi tekanan tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	<i>Control (a sense of control)</i>	1. Mampu mengontrol Stres	2	8	2
3	<i>Composure (low-anxiety)</i>	1. Tidak larut dalam keterpurukan	3	9	2
4	<i>Commitment (Persistence)</i>	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total			10		10

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online, tapi saya yakin mampu menghadapi ujian			√	
2.	Ketika saya mulai stress karna tugas, saya mampu mengatasinya dengan baik.			√	
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha untuk berhasil.			√	
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas tugas online yang diberikan.			√	
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap tidak akan putus asa.	√			
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.			√	
7.	Saya merasa tidak yakin akan berhasil menggunakan metode belajar secara online.	√			
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.			√	
9.	Saya merasa khawatir tidak bisa melanjutkan ke perguruan tinggi pada tahun ini.	√			
10.	Saya cukup jenuh dan tidak berminat untuk belajar secara online.	√			

Catatan :

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)
 - Dalam penulisan item jangan menggunakan kata “TIDAK”
 - Merubah kalimat Negatif menjadi kalimat positif
2. Bahasa
 - Secara keseluruhan sudah dapat dipahami
3. Jumlah Item
 - Sudah terwakili dengan jumlah indicator yang ada

Malang, 10-02-2021

Validator

Selly Candra Ayu, M. Si

LAMPIRAN VI

UJI VALIDITAS

1. Skala Regulasi Diri dalam Belajar

		XTOTAL
X1	Pearson Correlation	.571**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X2	Pearson Correlation	0,219
	Sig. (2-tailed)	0,212
	N	34
X3	Pearson Correlation	0,283
	Sig. (2-tailed)	0,105
	N	34
X4	Pearson Correlation	.396*
	Sig. (2-tailed)	0,020
	N	34
X5	Pearson Correlation	.476**
	Sig. (2-tailed)	0,004
	N	34
X6	Pearson Correlation	.720**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X7	Pearson Correlation	0,227
	Sig. (2-tailed)	0,196
	N	34
X8	Pearson Correlation	.789**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X9	Pearson Correlation	.415*
	Sig. (2-tailed)	0,015
	N	34
X10	Pearson Correlation	.646**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34

X11	Pearson Correlation	.754**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X12	Pearson Correlation	0,309
	Sig. (2-tailed)	0,075
	N	34
X13	Pearson Correlation	.422*
	Sig. (2-tailed)	0,013
	N	34
X14	Pearson Correlation	0,044
	Sig. (2-tailed)	0,807
	N	34
X15	Pearson Correlation	.702**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X16	Pearson Correlation	0,191
	Sig. (2-tailed)	0,279
	N	34
X17	Pearson Correlation	.789**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X18	Pearson Correlation	.446**
	Sig. (2-tailed)	0,008
	N	34
X19	Pearson Correlation	.510**
	Sig. (2-tailed)	0,002
	N	34
X20	Pearson Correlation	.705**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34

X21	Pearson Correlation	.546**
	Sig. (2-tailed)	0,001
	N	34
X22	Pearson Correlation	.605**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X23	Pearson Correlation	.679**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X24	Pearson Correlation	0,163
	Sig. (2-tailed)	0,357
	N	34
X25	Pearson Correlation	.647**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X26	Pearson Correlation	.470**
	Sig. (2-tailed)	0,005
	N	34
X27	Pearson Correlation	.418*
	Sig. (2-tailed)	0,014
	N	34
X28	Pearson Correlation	.545**
	Sig. (2-tailed)	0,001
	N	34
X29	Pearson Correlation	.748**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34

X30	Pearson Correlation	-0,020
	Sig. (2-tailed)	0,912
	N	34
X31	Pearson Correlation	0,328
	Sig. (2-tailed)	0,058
	N	34
X32	Pearson Correlation	.446**
	Sig. (2-tailed)	0,008
	N	34
X33	Pearson Correlation	.565**
	Sig. (2-tailed)	0,001
	N	34
X34	Pearson Correlation	0,324
	Sig. (2-tailed)	0,062
	N	34
X35	Pearson Correlation	.703**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X36	Pearson Correlation	.629**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	34
X37	Pearson Correlation	0,110
	Sig. (2-tailed)	0,536
	N	34
X38	Pearson Correlation	.488**
	Sig. (2-tailed)	0,003
	N	34

X39	Pearson Correlation	.478 **
	Sig. (2-tailed)	0,004
	N	34
X40	Pearson Correlation	0,156
	Sig. (2-tailed)	0,377
	N	34

2. Resiliensi Akademik

		TOTALY
Y1	Pearson Correlation	.677 **
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
Y2	Pearson Correlation	.596 **
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
Y3	Pearson Correlation	.572 **
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
Y4	Pearson Correlation	.627 **
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
Y5	Pearson Correlation	.510 **
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	34
Y6	Pearson Correlation	.570 **
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34

Y7	Pearson Correlation	.662 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
Y8	Pearson Correlation	.628 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
Y9	Pearson Correlation	.643 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
Y10	Pearson Correlation	.883 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	34
TOTALY	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
N		34

^{**}. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

^{*}. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

LAMPIRAN VII

UJI RELIABILITAS

1. Regulasi Diri dalam Belajar

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	40

2. Resiliensi Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.836	10

LAMPIRAN VIII

ANALISIS DATA

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		65
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.25687996
Most Extreme Differences	Absolute	.109
	Positive	.057
	Negative	-.109
Kolmogorov-Smirnov Z		.879
Asymp. Sig. (2-tailed)		.422

a. Test distribution is Normal.

2. Uji Linearitas

Report			
Resiliensi Akademik			
RDB	Mean	N	Std. Deviation
52	20.00	1	.
62	21.00	1	.
63	20.00	1	.
66	22.00	1	.
67	14.00	1	.
71	22.00	1	.
72	22.50	2	2.121
73	26.00	1	.
76	23.00	3	3.606
77	27.00	4	4.000
78	25.00	1	.
80	20.00	1	.
81	24.00	1	.
82	23.50	2	6.364
83	23.00	2	.000
84	29.00	1	.
85	27.75	4	3.304
86	25.00	1	.
87	30.50	2	.707
88	28.00	2	4.243
89	29.50	2	.707

90	30.00	2	4.243
91	26.00	1	.
92	33.00	1	.
93	31.00	1	.
94	28.00	1	.
96	31.00	1	.
97	23.00	2	4.243
98	31.00	1	.
99	35.00	1	.
100	33.00	1	.
101	32.00	1	.
102	27.00	1	.
103	27.50	2	.707
104	31.50	2	.707
105	29.00	1	.
106	31.00	1	.
107	35.00	2	1.414
108	35.00	1	.
113	33.00	1	.
115	36.00	1	.
116	37.00	4	.816
118	36.00	1	.
Total	27.98	65	5.407

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi Akademik * RDB	Between Groups	(Combined)	1659.235	42	39.506	4.104	.000
		Linearity	1192.120	1	1192.120	123.857	.000
		Deviation from Linearity	467.115	41	11.393	1.184	.342
	Within Groups		211.750	22	9.625		
	Total		1870.985	64			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Resiliensi Akademik * RDB	.798	.637	.942	.887

3. Kategorisasi Regulasi Diri dalam Belajar

KategoriX					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	1	1.5	1.5	1.5
	sedang	38	58.5	58.5	60.0
	tinggi	26	40.0	40.0	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

4. Kategorisasi Resiliensi Akademik

KategorisasiY					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	3	4.6	4.6	4.6
	sedang	34	52.3	52.3	56.9
	tinggi	28	43.1	43.1	100.0
	Total	65	100.0	100.0	

5. Uji Korelasi

Correlations			
		RDB	Resiliensi Akademik
RDB	Pearson Correlation	1	.798 **
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	65	65
Resiliensi Akademik	Pearson Correlation	.798 **	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	65	65
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

LAMPIRAN IX
HASIL PENGISIAN SKALA

1. Regulasi Diri dalam Belajar

adelia nasywa	3	2	2	4	2	4	2	2	1	2	24
ADHELIA CHOIRUN NISSA ARIEF SYAH PUTRI	3	3	3	3	2	3	1	4	2	2	26
Adzika Ammara D.L	3	2	3	4	3	3	2	4	3	2	29
Afifah Halwa Al Azizah	3	2	3	2	3	3	2	2	4	1	25
Aisyah Dayu Damayanti	2	2	3	3	2	4	2	4	2	2	26
Alga Candra Kusuma	2	3	3	3	4	3	2	3	1	2	26
Anita Ayu Widyaningrum	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	33
Asyifatul Faiza	2	1	2	3	3	3	2	3	1	2	22
Athirah Naura Rahmawati	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	24
Azzahra Syadza N.P.	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	37
Balqis Prudena K.P.	3	3	3	3	4	3	3	4	1	3	30
Calista Azarine	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
Calista Nia Vania	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	36
Chalista yulia hazizah	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	29
Dephilia Rambu Raja Uju Decky	2	3	4	4	3	4	2	4	3	2	31
DEVALIA ILAFI SAVANI	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	33
Devi Pristriawati	3	3	3	4	3	3	3	2	2	1	27
Erika Cahyaningsih	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	32
Esha Yasmina Rahman	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	21

Fadhilah adnan	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	38
Farel Raihan Ariyan	2	2	3	3	2	2	3	1	1	1	20
Gati Artasya Sugmadhevi	1	1	2	3	4	4	1	1	1	1	19
GHANIA NUR AISYIYAH	3	4	3	4	3	4	2	3	3	1	30
Hafidz Fahmi Ramadhani	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	26
Husniyyah	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	31
Ika Putri R	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	36
INTAN AFRIL MAULIDA	2	4	3	3	3	3	3	2	4	4	31
Jiza Intan Nur Cahyani	3	2	3	4	3	4	3	3	1	2	28
Kevin Annabel Wijaya	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
Keysa Zafirah Ismail	2	1	2	3	4	3	1	2	1	1	20
Kharisma Layar Nurul Azizah	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	24
Mahani Sarah	3	4	3	4	2	3	4	4	3	2	32
Marisa Auliya Mas'uf	1	2	2	4	1	3	1	2	2	1	19
Maseto Aryo Probo	2	3	3	4	3	3	1	2	2	3	26
MOHAMMAD ILHAM ARKAN	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	35
Muhammad Hawari Aflah	2	1	3	2	3	3	2	2	2	1	21
Muhammad Setyan Farros Wa Savero	2	3	3	3	4	4	1	3	1	1	25
Nabila Qoirunisa	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	36
NADA OCHA CHAREL ASWARILA	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	31
Nadya Restu Ristanti	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	31
Nandita Ahnaf Fauzi	2	3	3	4	3	3	1	3	3	2	27
NASYWA PUTRI AMELIA	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	31
Naufal Fadhila	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	36
Nur Lina E	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	24
NURINA QATRUNADA AGUSTIN	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	28

Rania Dayanara Hermanto	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	35
Ratu Diah P	2	2	3	3	3	3	1	2	2	1	22
Refika Rahma Nurlita	2	2	3	2	4	3	3	2	3	1	25
Revo Arreza Haqum	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	33
Rista Yunita Sari	3	2	3	4	3	4	1	3	2	2	27
Rizqullah Zidane	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	37
Rozatul Jannah	2	3	3	4	3	3	1	3	1	2	25
Salsa Tiara Tri Hardian	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	14
Salsabila Jasmine Prasetya Oemardi	3	3	3	4	4	4	2	4	4	3	34
Sandrina Clarissa Amanda	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	33
Sarazara	1	4	4	4	1	4	1	1	1	4	25
Syafieq Ibadurrahman	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	23
Syarifah Rayyan Miriam	1	1	2	3	3	2	2	1	4	1	20
Syifa Safira Adriyanti	3	3	4	3	4	4	3	4	2	3	33
SYLVIA RAHMANIA KAMILA	3	2	3	4	3	2	2	4	2	3	28
Trianisa Puspa Rini	2	3	4	4	4	4	2	4	2	2	31
Velany May Anggraeni	1	1	2	3	3	4	1	3	1	1	20
Yasmin	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	23
Yowanda Syalfa Romadhona	2	3	4	3	4	4	3	3	2	1	29
Ziyan Iswahyudi	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	25

2. Regulasi Diri dalam Belajar

adelia nasywa	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	2	4	3	2	3	2	4	3	4	2	85
ADHELIA CHOIRUN NISSA ARIEF SYAH PUTRI	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	4	3	4	2	2	2	3	4	3	3	2	2	91
Adziqa Ammara D.L	2	4	3	4	3	4	2	2	3	2	4	3	2	3	4	2	1	4	1	4	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	84
Afifah Halwa Al Azizah	1	3	4	3	1	2	2	4	4	3	4	2	1	2	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	1	2	2	3	2	4	2	77
Aisyah Dayu Damayanti	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	4	3	2	4	3	4	2	4	3	1	3	3	3	4	2	4	2	97
Alga Candra Kusuma	3	2	3	3	3	3	4	3	3	1	4	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	85
Anita Ayu Widyaningrum	2	2	3	1	2	4	3	3	3	2	1	2	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	2	77
Asyifatul Faiza	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	4	2	1	4	1	66
Athirah Naura Rahmawati	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	76
Azzahra Syadza N.P.	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	116
Balqis Prudena K.P.	3	2	2	4	3	3	4	3	4	1	3	3	2	2	4	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	4	4	3	2	4	3	89
Calista Azarine	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	98

Calista Nia Vania	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	107
Chalista yulia hazizah	2	2	2	4	3	3	3	3	4	2	4	3	2	3	4	2	1	4	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	3	89
Dephilia Rambu Raja Uju Decky	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	1	1	4	4	4	3	4	2	104
DEVALIA ILAFI SAVANI	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	92
Devi Pristriawati	3	3	3	4	2	4	2	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	103
Erika Cahyaningsih	3	4	3	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	2	4	4	4	101
Esha Yasmina Rahman	2	2	2	3	2	4	2	3	3	1	4	3	2	2	3	2	1	3	1	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	2	1	72
Fadhilah adnan	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	116
Farel Raihan Ariyan	1	1	2	3	1	1	3	1	1	4	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	63
Gati Artasya Sugmadhevi	1	4	3	1	1	4	1	1	4	1	4	3	4	4	1	1	3	1	1	3	4	4	2	1	1	4	4	4	4	1	1	76
GHANIA NUR AISYIYAH	2	4	3	2	3	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	1	4	3	2	2	2	3	3	3	4	2	3	3	87
Hafidz Fahmi Ramadhani	2	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	4	3	76
Husniyyah	2	2	2	4	3	4	3	3	3	1	4	2	2	2	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	2	4	2	88
Ika Putri R	4	4	3	4	4	4	1	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	115
INTAN AFRIL MAULIDA	1	3	1	3	3	3	2	3	3	4	4	1	3	1	4	1	3	4	4	4	2	2	1	3	3	4	4	2	4	1	4	85
Jiza Intan Nur Cahyani	2	4	3	3	3	4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	3	4	1	4	103
Kevin Annabel Wijaya	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	85

Keysa Zafirah Ismail	1	4	2	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	2	4	4	2	2	4	3	4	4	3	2	3	3	97
Kharisma Layar Nurul Azizah	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	4	3	2	2	2	1	3	3	2	2	2	72
Mahani Sarah	2	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	1	2	3	4	4	4	4	2	3	4	4	104
Marisa Auliya Mas'uf	2	3	3	2	1	4	4	2	3	3	4	4	2	1	4	3	2	3	3	4	4	2	2	3	1	2	4	2	2	1	2	82
Maseto Aryo Probo	2	3	2	1	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	4	4	2	2	2	2	3	1	3	1	1	3	73
MOHAMMAD ILHAM ARKAN	4	4	3	4	4	4	3	1	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	108
Muhammad Hawari Aflah	2	2	1	1	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	3	2	2	2	1	2	3	3	2	1	2	2	62
Muhammad Setyan Farros Wa Savero	1	2	2	1	2	4	2	3	3	4	4	2	3	3	4	1	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	3	1	2	4	4	78
Nabila Qoirunisa	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	116
NADA OCHA CHAREL ASWARILA	3	2	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	106
Nadya Restu Ristanti	3	1	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	1	4	3	1	2	2	1	4	3	2	3	2	2	87
Nandita Ahnaf Fauzi	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	90
NASYWA PUTRI AMELIA	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	3	2	4	3	93
Naufal Fadhila	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	118
Nur Lina E	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	81
NURINA QATRUNADA AGUSTIN	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	82
Rania Dayanara Hermanto	2	4	2	4	2	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	1	2	4	4	3	4	4	2	99

Ratu Diah P	2	3	1	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	3	3	1	3	4	3	1	2	2	3	3	2	1	3	2	71
Refika Rahma Nurlita	2	4	4	3	3	2	2	4	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	1	4	2	2	3	2	1	88
Revo Arreza Haqum	2	2	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	4	2	4	3	3	4	2	4	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	90
Rista Yunita Sari	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	2	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	102
Rizqullah Zidane	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	116
Rozatul Jannah	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	2	4	3	86
Salsa Tiara Tri Hardian	1	4	2	1	2	4	3	2	3	1	3	1	2	1	2	1	2	2	3	4	4	3	1	2	1	2	3	1	2	1	3	67
Salsabila Jasmine Prasetya Oemardi	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	107
Sandrina Clarissa Amanda	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	113
sarazara	4	1	2	4	1	4	4	1	4	4	1	2	3	1	1	1	3	3	2	1	2	3	4	1	2	1	3	4	4	3	3	77
Syafieq Ibadurrahman	2	4	3	2	2	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	2	83
Syarifah Rayyan Miriam	1	3	2	1	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	52
Syifa Safira Adriyanti	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	100
SYLVIA RAHMANIA KAMILA	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	2	1	4	2	4	3	3	2	3	3	94
Triansa Puspa Rini	2	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	3	4	2	2	2	4	2	4	1	4	2	4	2	96
Velany May Anggraeni	2	2	2	2	2	4	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	1	3	2	4	3	3	4	3	1	4	3	2	3	3	1	80
Yasmin	2	1	2	4	2	4	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	4	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	1	4	3	83
Yowanda Syalfa Romadhona	2	4	4	4	3	2	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	105

Ziyan Iswahyudi	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	77
-----------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**LAMPIRAN X
NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR
DENGAN RESILIENSI AKADEMIK
SISWA KELAS XII PROGRAM AKSELERASI**

Melifatun Nafila

Drs. Zainul Arifin, M. Ag

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
melifatunnafila@gmail.com

Abstrak. Resiliensi akademik merupakan hal yang dibutuhkan siswa kelas XII program akaselerasi SMAN 9 Malang yang menjalankan pembelajaran secara daring dalam menghadapi hambatan serta kesulitan akademik yang lebih dari pada kelas lainnya berupa terbatasnya kesempatan belajar secara tatap muka karena metode belajar daring, padatnya aktivitas belajar, mengatur waktu belajar agar berhasil dalam rangkaian ujian dan masuk ke perguruan tinggi dengan sukses. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII SMA. Jenis Penelitian menggunakan metode kuantitatif. Subjek penelitian ini berjumlah 65 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: Kategori regulasi diri dalam belajar kategori sedang sebesar 58.5. Tingkat resiliensi akademik siswa dominan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 52.3%. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.01$) dan hasil korelasi (r_s) sebesar $0.798 > 0.05$ menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang sangat kuat antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik.

Kata Kunci: *resiliensi akademik, regulasi diri dalam belajar, siswa kelas XII*

Pada dasarnya dalam kehidupan setiap orang membutuhkan pendidikan. Pendidikan berperan penting dalam kelangsungan hidup pada masa depan (Pratiwi & Laksmiwati, 2016: 43). Penelitian ini berfokus pada jenjang pendidikan menengah atas (SMA). Siswa yang duduk di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA) termasuk pada kategori remaja madya atau pertengahan (Mappiere, 2000: 76). Masa remaja merupakan masa untuk mematangkan emosi, kematangan sosial, pemantapan minat heteroseksual, emansipasi dan control keluarga, identifikasi diri, memiliki falsafat hidup, menggunakan waktu dengan tepat, memilih pekerjaan serta kematangan intelektual (Jahja, 2011: 238-239). Pada tahun 2017 Organisation for Economic Co-

operation and Development (OECD) baru-baru ini melakukan survei yang melibatkan 72 negara dan terdiri dari 540.000 responden pelajar berusia 15–16 tahun. Disimpulkan bahwa siswa tertekan karena nilai ujian yang buruk, tegang ketika belajar, khawatir, cemas ketika dihadapkan dengan ujian.

Siswa kelas XII perlu menyiapkan diri untuk menghadapi berbagai try out untuk persiapan menghadapi ujian akhir, yang pastinya membutuhkan konsentrasi, berpikir tentang ujian akhir yang sarat dengan nuansa ketegangan (Sulistiana, 2018:168). Fenomena serupa dapat dijumpai di SMAN 9 Malang. Siswa kelas XII memiliki beban akademik yang lebih berat dari pada kelas XI dan X, karena mereka harus mempersiapkan diri untuk serangkaian kegiatan akademik seperti PAS (Penilaian Akhir Semester), PGGS atau persiapan berkas untuk pendaftaran SNMPTN, Ujian Praktik, Ujian Sekolah, persiapan mandiri untuk SBMPTN, berkonsultasi tentang pemilihan karir dan try out. Kesulitan akademik lainnya adalah pembelajaran daring, pembelajarn daring menimbulkan kesulitan untuk memahami pembelajaran karena terbatasnya kesempatan untuk pembelajaran tatap muka atau interaksi secara langsung serta fasilitas pembelajaran.

Dapat disimpulkan bahwa kesulitan siswa kelas XII program akselerasi dengan metode pembelajran daring dihadapkan dengan kesulitan kelas XII secara umum yaitu mempersiapkan diri baik secara mental maupun fisik dalam menghadapi rangkaian ujian, try-out serta bentuk latihan serupa, pemilihan karir meliputi jurusan serta kampus, waktu proses pembelajaran yang dilakukan hanya 4 bulan persemester, serta metode pembelajarran secara daringyang diterapkan sehingga waktu belajar secara luring dijalani kurang dari satu tahun. Menghadapi ujian sekolah, masuk perguruan tinggi serta kendala pembelajaran dengan metode daring akan menjadikan tantangan tersendiri. Oleh karena itu siswa kelas XII SMA perlu memiliki ketahanan diri yang tinggi dalam menghadapi tantangan tersebut. Suatu proses penyesuaian diri yang baik dalam merespon suatu tantangan dengan kekuatan, kemampuan menghadapi permasalahan akademik dalam psikologi disebut dengan resiliensi akademik.

Resiliensi dalam setting akademik mengidentifikasi alasan siswa yang memiliki resiko dapat berhasil dan gagal dalam akademik (Gestee, 2010: 7). Pada kenyataannya dalam setting akademik memiliki tantangan, stress serta tekanan tersendiri yang bersifat dinamis (Martin & Marsh, 2009 :354) dan kemampuan dalam menghadapi kesulitan tersebut dikenal sebagai resiliensi akademik (Martin & Marsh, 2003: 353). Penggunaan istilah resiliensi akademik mendeskripsikan siswa dengan kemampuan untuk mempertahankan taraf prestasi yang tinggi, kinerja serta motivasi, walaupun dihadapkan dengan suatu peristiwa yang penuh tekanan serta kondisi yang mampu menempatkan pada resiko buruk hingga terancam drop out (Alva, dalam Waxman, Gray dan Padron, 2003:12). Siswa dengan resiliensi akademik mampu untuk melakukan problem solving yang baik, berpikir kritis serta memiliki inisiatif yang baik dalam pembelajaran (Bernard: 1991 dalam Chasanah, 2019:10).

Idealnya siswa kelas XII program akselerasi SMA Negeri 9 Malang dengan metode belajar daring memiliki resiliensi akademik agar lebih mampu bertahan dalam kondisi yang menekan. Pada kenyataannya tidak semua siswa kelas XII SMA Negeri 9 Malang memiliki resiliensi akademik. Hanya siswa kelas XII yang resilien dalam akademik yang mampu tetap mempertahankan prestasi terutama dalam aktifitas belajar dalam menghadapi rangkaian ujian dengan tantangan metode pembelajaran daring. Pembelajaran daring atau pembelajaran jarak jauh yang dilakukan siswa akan menjadi tantangan atau hambatan bagi siswa, apabila siswa tidak mampu mengatur dirinya dengan baik tentunya akan membuat siswa menjadi kesulitan dalam menerima pembelajaran untuk menghadapi ujian. Oleh karena itu dibutuhkan kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri dalam belajar jarak jauh atau Regulasi Diri dalam Belajar.

Zimmerman (1989: 331) menerangkan jika regulasi diri dalam belajar merupakan hal penting bagi semua jenjang akademik. Regulasi diri dalam belajar merupakan belajar yang merujuk perilaku dan prosesnya mengarah pada kemampuan mengolah informasi, sekaligus dalam mengatur, membuat tujuan, dan olah kognitif oleh pelajar Zimmerman (1989: 329). Siswa membutuhkan regulasi diri dalam belajar

dengan tujuan untuk dapat melakukan pengaturan, pengarahan, pengendalian diri, serta penyesuaian diri terlebih saat dihadapkan dengan kesulitan tugas sekolah (Alfna, 2014: 61). Oleh karena itu pentingnya kemampuan mengatur diri dalam belajar atau regulasi diri dalam belajar dapat memudahkan siswa kelas XII program akselerasi SMA 9 Malang dalam proses pembelajaran. Apabila regulasi diri dalam belajar rendah maka akan membuat siswa mengalami hambatan dalam mengikuti kegiatan akademik.

Hubungan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik diperkuat dengan penelitian oleh Pattynama, Sahrani, Heng (2019 : 314) menyebutkan bahwa jika mahasiswa semakin mampu meregulasi diri dalam perkuliahan, maka mahasiswa semakin tidak memiliki intensi mengundurkan diri. Sebaliknya, temuan penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi (Schutte, 2012: 109).

Metode

Adapun populasi padapenelitian ialah siswa kelas XII program akselerasi di SMAN 9 Malang dengan jumlah 65 siswa. Karakteristik subjek pada penelitian ini: siswa aktif kelas XII SMA Negeri 9 Malang, siswa program kelas akselerasi dan Siswa dengan metode pembelajaran jarak jauh (PJJ)

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan keseluruhan siswa program akselerasi kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang yaitu 65 siswa.

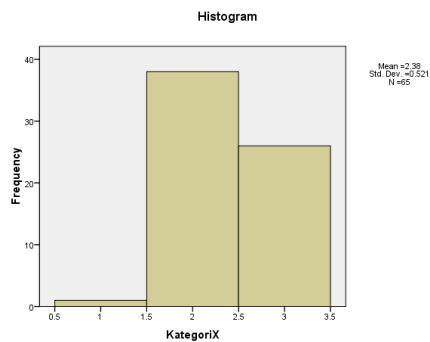
Hasil

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut diperoleh hasil nilai Sig. (p) sebesar 0.422 sehingga sesuai dengan pengambilan keputusan sebelumnya yang menyatakan nilai Sig. (p) > 0.05 maka data tersebut dinyatakan normal. Nilai signifikansi dari uji linieritas sebesar $0.342 > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa variabel regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik memiliki hubungan yang linier. Berikut hasil kategori kedua variabel:

Tabel Hasil Kategorisasi Data Regulasi Diri Dalam Belajar

Kategori	Range	F	Persentase
Rendah	$X < 62$	1	1.5%
Sedang	$62 \leq X < 93$	38	58.5%
Tinggi	$X \geq 93$	26	40 %

Dapat diketahui bahwa responden yang masuk dalam kategori rendah diperoleh persentase 1.5% dengan jumlah 1 siswa, kategori sedang diperoleh persentase 58.8% dengan jumlah 28 siswa, dan kategori tinggi dengan persentase 40% dengan jumlah 26 siswa. Berikut histogram yang menunjukkan kategori tingkat regulasi diri dalam belajar:

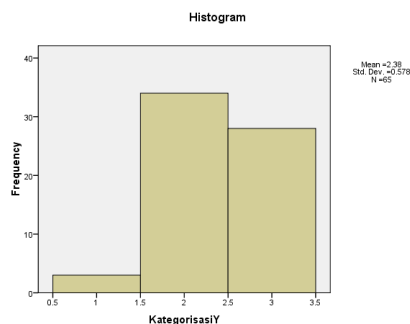


Hasil Kategorisasi Resiliensi Akademik

Kategori	Range	F	Persentase
Rendah	$X < 20$	3	4.6%
Sedang	$20 \leq X < 30$	34	52.3%
Tinggi	$X \geq 30$	28	43.1%

Responden yang termasuk dalam resiliensi akademik kategori rendah diperoleh persentase 4.6% dengan jumlah 3 siswa, kategori sedang diperoleh persentase 52.3% dengan jumlah 34 siswa, kategori tinggi diperoleh persentase 43.1% dengan jumlah 28. Berikut diagram kategorisasi resiliensi akademik dapat dilihat pada tabel:

Diagram Resiliensi Akademik



Berikut hasil uji hipotesis pada penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Hasil Uji Korelasi Product Moment

Hubungan Variabel	R	P	Kesimpulan
Regulasi Diri dalam Belajar- Resiliensi Akademik	0.798	0.000	Berkorelasi positif signifikan

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik nilai signifikansi (p) sebesar 0.000 ($p < 0.01$) dan hasil korelasi (r_s) sebesar 0.798 yang jika diinterpretasi menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang sangat kuat antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik. Korelasi koefisien (r_s) sebesar 0.798 maka diperoleh koefisien determinasi (r^2) sebesar 0.64. Koefisien determinasi menjelaskan bahwa variabel regulasi diri dalam belajar memiliki pengaruh sebesar 64% terhadap resiliensi akademik, sedangkan sebesar 36% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis adanya hubungan yang positif antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dinyatakan diterima.

Diskusi

Berdasarkan hasil analisa korelasi *product moment* menunjukkan bahwa regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang memiliki nilai korelasi *pearson* (0.798) dengan sig (p) = (0.000) berarti $p < 0.01$. Penelitian ini menghasilkan adanya korelasi yang signifikan anatar variabel regulasi diri dalam belajar denfan resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang. Penelitian ini memiliki koefisien determinasi (R^2) dari $r = 0.798^2$ yakni 0.63 yang berarti sumbangan variabel regulasi diri dalam belajar terhadap resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang sebesar 63%, dan sisanya sebesar 37% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Variabel lain yang memengaruhi resiliensi akademik menurut Everall dkk (2006) yaitu konsep diri, harga diri, kemampuan kognitif individu, serta kompetensi sosial.

Siswa program akselerasi kelas XII yang memiliki regulasi diri dalam belajar yang baik dalam aspek metakognitif akan mampu merancang materi belajar untuk lebih mudah dipahami, mengatur kegiatan belajar seperti menjadwalkan materi yang akan dipelajari pada hari ini, merencanakan tujuan belajar seperti mampu memahami mater tertentu. Menurut Pattynama dkk (2019: 312) dengan regulasi diri dalam belajar akan dapat menentukan cara mengatasi masalah sebelum bertindak, sehingga karakter ini berhubungan dengan karakteristik pada aspek resiliensi akademik yaitu

kontrol/merasakan kontrol. Aspek kontrol menunjukkan sikap siswa lebih berpikir positif untuk mampu mengenali tekanan sehingga dapat mencari jalan keluar yang efektif. Siswa mampu merencanakan cara mengatasi masalah dengan aktifitas dan tujuan belajarnya termasuk menentukan jalan keluar dari tantangan yang dihadapi.

Resiliensi akademik pada siswa kelas XII program akselerasi ditunjukkan bahwa mereka memiliki kegigihan yang kuat seperti tidak mudah putus asa dengan metode daring yang diterapkan dan tetap berupaya dalam menghadapi tantangan akademik seperti menjalani rangkaian ujian. Upaya dalam mengatasi tantangan akademik tersebut dapat dipengaruhi dengan memiliki keterampilan menghafal pelajaran, mengatur lingkungan belajar dan menjalankan rencana kegiatan yang telah ditetapkan, hal ini termasuk dalam aspek regulasi diri dalam belajar.

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik dilakukan oleh Chasanah (2019) pada mahasiswa kuliah sore yang bekerja, regulasi diri dalam belajar yang paling menonjol adalah cara mahasiswa berupaya untuk menemukan bantuan sosial dalam bidang akademik. Selain itu mahasiswa juga merespon masalah akademik sebagai tantangan yang harus dihadapi tanpa menghindarinya dengan keyakinan bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikannya. Hal ini juga sesuai dengan penelitian oleh Masrifah (2017) yang menyebutkan adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa multidisiplin. Hasil penelitian Pattynama dkk (2019: 307) menyatakan resiliensi dalam setting pendidikan merupakan variabel mediator antara regulasi diri dalam belajar dengan intensi mengundurkan diri atau kegagalan akademik. Abedi & Farahbakhsh (2014) menyatakan dalam penelitiannya bahwa regulasi diri dalam belajar berpengaruh pada ranah kognisi serta motivasi sehingga perilaku mampu memberikan dampak pada keterampilan anak didalam kelas yang mengarah pada setting belajar akademik kemudian mampu meningkatkan resiliensi akademik siswa.

Simpulan

Tingkat regulasi diri dalam belajar siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 58.8% berjumlah 28 siswa. Tingkat regulasi diri dalam belajar pada kategori tinggi berjumlah 26 siswa, dengan prosentase 40%, dan siswa yang memiliki tingkat regulasi rendah hanya terdapat satu orang dengan persentase sebesar 1.5%.

Tingkat resiliensi akademik siswa kelas XII program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Malang dominan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 52.3% berjumlah 34 siswa, artinya siswa memiliki ketahanan yang baik dalam mengatasi tantangan akademik pada saat ini, namun menunjukkan kekhawatiran pada masa depan. Siswa dengan kategori tinggi berjumlah 28 siswa dengan persentase 43.1%, dan berada di kategori rendah berjumlah 3 siswa dengan persentase 4.6%.

Nilai signifikansi (p) regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik sebesar 0.000 ($p < 0.01$) dan hasil korelasi (r_s) sebesar 0.798 menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang sangat kuat antara regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi akademik. Korelasi koefisien (r_s) sebesar 0.798 maka diperoleh koefisien determinasi (r^2) sebesar 0.64 menunjukkan regulasi diri dalam belajar memiliki pengaruh terhadap resiliensi akademik sebesar 64%.

Saran

Bagi siswa siswi khususnya kelas XII program akselerasi yang dominasi berada pada tingkat regulasi diri dalam belajar sedang, diharapkan mampu meningkatkan potensi yang dimilikinya, seperti merencanakan tujuan belajar setiap harinya, mengulang materi pelajaran, mengenali kesulitan yang dialami dan fokus pada cita cita yang akan dicapai. Bagi siswa yang memiliki tingkat regulasi diri dalam belajar tinggi diharapkan mampu untuk konsisten dalam menjalankan serangkaian aktivitas belajar sehingga kemampuan tersebut dapat bermanfaat saat menjalani pendidikan perguruan tinggi. Siswa dengan tingkat regulasi rendah yang hanya berjumlah satu orang diharapkan mampu untuk mencontoh langkah langkah yang dilakukan teman-teman lainnya dalam pembelajaran mandiri.

Daftar Pustaka

- Alfina, I. (2014). Hubungan Self Regulated Learning dengan Prokrastinasi
- Chasanah, D. U. (2019). *Hubungan Antara Strategi Self Regulated Learning Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Kelas Sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas uhammadiyah Gresik yang Bekerja*. Gresik: Universitas Muhammadiyah Gresik.
- Geste, A. J. (2010). *Urban Elementary Teachers' Negotition Of School Culture AND The Fostering If Educational Resilience*. Charlotte: University Of North Carolina at Charlotte.
- Mappiare, A. (2000). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Bina Usaha.
- Martin, A. J. & Marsh, H. W. (2006). Academic Ressilience and Its Psychological and Educational Correlates: A Construct Validity Approach. *Psychology in the Schools*, Vol. 43(3), 267-281.
- Martin, A. J. & Marsh, H. W. (2009). Academic Resilience And Academic Buoyancy: Multidimensi and Hierarchical Conceptual Framing of Causes, Correlates and Cognate Constructs. *Oxford Review of Education Vol. 35, No. 3*, 353-370.

- Martin, A.J & Marsh, H.W. (2003). *Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment*. Sydney Australia: Paper presented at NZARE AARE, Auckland, New Zealand.
- Pattynama, P. C., Sahrani, R., Heng, P.H. (2019). Peran Regulasi Diri dalam Belajar dan Keterlibatan Akademik Terhadap Intensi Mengundurkan Diri dengan Resiliensi sebagai Mediator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Sen Vol. 3, No. 2*, 307-317.
- Pratiwi, D. I & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X". *Jurnal Psikologi Teori & Terapan, Vol.7, No.1*, 43-49.
- Sulistiana. (2018). Upaya Meningkatkan Resiliensi Siswa Kelas XII MIPA 2 Dalam Menentuka Study Lanjut Melalui Layanan Klasikal Berbasis Video Di SMA Negeri Kebomas. *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018 ISBN: 978-602-608*, 168.
- Waxman, H. C., Gray J.P., Padron Y.N. (2003). *Review of Research on Educatinal Ressilience*. California: Center for Research on Education Diversity and Excellence.
- Zimmerman, B. J & Martinez-Pons, M. (1986). Development of a Structured Interview for Assessing Student Use of Self-Regulated Learning Strategies. *American Educational Research Journal Winter 1986, 6, Vol. 23, No, 4*, 614-628.
- Zimmerman, B. J., & Martiner-Pons,M. (2001). Construct validation of strategy model of student self-regulated learning. *Journal of Educational Psychology*, 284-290.